Kinh tạng Pali

(Pali Nikaya)

HT. THÍCH MINH CHÂU

Việt dịch

Ấn bản năm 1991

Phân loại theo chủ đề:

CHƠN TÍN TOÀN

NIKAYA PHÂN LOẠI - CHỦ ĐỀ 043

BỆNH TÂM - THUỐC

043

Chịu trách nhiệm chính tả:

TÂM MINH ANH

Ấn bản điện tử 2018

MỤC LỤC

DẪN NHẬP

1. *Lời giới thiệu*

- *Sau khi nhận thấy tính thực tế, gần gũi, dễ hiểu và trí tuệ tuyệt diệu trong những bài kinh của bộ ĐẠI TẠNG KINH VIỆT NAM do Hoà Thượng Thích Minh Châu dịch trực tiếp từ Kinh Tạng Pali, chúng tôi nhận thấy rằng những bộ kinh này là những thực tế tuyệt diệu trong cuộc sống và nếu những bài kinh này không được tiếp cận và áp dụng trong cộng đồng Phật tử thì thật là một thiệt thòi cho những người con của Phật.*

- *Ví như một người khi nếm được hương vị tuyệt vời của một chiếc bánh ngon, lòng nghĩ tới những người thân thương của mình và đem đến mời họ cùng ăn với mình, đó chính là tâm niệm của chúng tôi khi thực hiện công việc này. Chúng tôi với tấm lòng chân thành sâu sắc cầu mong cho mọi người cùng có thể tiếp cận được với Kinh Tạng Pali (kinh Nikaya) và tìm được chân đứng trong bộ kinh này.*

- *Vì vậy, nhằm giới thiệu bộ kinh Nikaya đến với cộng đồng Phật tử ở khắp nơi và nhằm giúp cho quý đạo hữu dễ dàng tiếp cận với kinh Nikaya nên trong phiên bản vi tính này chúng tôi đã mạo muội cẩn thận* ***đánh***

dấu, tô màu *những điểm căn bản và trọng tâm trong các bài kinh để quý đọc giả có thể nhanh chóng nắm hiểu được nội dung, ý nghĩa và những điểm quan trọng của bài kinh. Công việc này đã được chúng tôi thực hiện dựa trên sự thấy biết và kinh nghiệm thực hành của bản thân, quý đạo hữu cố gắng đọc đi đọc lại và suy nghiệm kỹ từng lời kinh rồi đem áp dụng thực hành để có thể tự mình thành tựu Tuệ giác như Đức Phật đã chỉ dạy.*

2. ***Lợi ích của việc nghiên cứu học hỏi bộ kinh này là gì?***

– *Đi thẳng vào lời dạy của Đức Phật, tiếp cận trực tiếp với những lời dạy nguyên chất của Đức Phật khi Ngài còn tại thế, tránh được sự truyền tải ý nghĩa giáo pháp có khi đúng, có khi lệch của các vị này vị kia, tránh được việc đến với đạo Phật nhưng nhìn nhận và hiểu biết đạo Phật thông qua lăng kính của người khác.*

– *Biết được với những sự kiện đã từng xảy ra trong thời kỳ Đức Phật còn tại thế như: hoàn cảnh xã hội thời đó, đời sống thực tế của Đức Phật và các cuộc thuyết giảng Chánh Pháp của Ngài.*

– *Trí tuệ được mở rộng, biết được đôi phần về trí tuệ thâm sâu vi diệu của Đức Phật qua các bài thuyết*

giảng của Ngài và qua các cuộc cật vấn, chất vấn của ngoại đạo.

- *Được làm quen với các Pháp học và Pháp hành mà Đức Phật đã trình bày dưới nhiều hình thức đa dạng khác nhau. Học hỏi được nhiều cách tu tập, nhiều phương diện tu tập, không bị hạn chế bó buộc trong một phương diện tu tập theo một trường phái nào.*

- *Có được một cái nhìn trực tiếp, trực diện đối với Chánh Pháp, giúp cho người tu tập không đi lệch ra ngoài Chánh Pháp, không làm uổng phí thời gian và công sức mà người tu tập đã bỏ ra để nghiên cứu tìm hiểu học hỏi và thực hành Phật Pháp, giúp cho nhiệt tình và ước nguyện của người tu học chân chánh được thành đạt, có kết quả tốt đẹp và lợi ích thiết thực ngay trong đời sống hiện tại.*

- *Có được đầy đủ những phương tiện để thực hiện Pháp học vàPháp hành, biết rõ những gì mình cần phải làm trên con đường đi đến sự chấm dứt khổ đau.*

- *Trong khi đọc, nghe, nghiên cứu, học hỏi các bản kinh thì tâm được an trú vào trong Chánh Tri Kiến, tham sân si được vắng mặt trong lúc ấy, tâm được an trú vào trong Chánh Pháp.*

- *Ngay trong hiện tại gieo kết được những thiện duyên tốt lành đối với Chánh Pháp của Đức Phật, có thể thẳng tiến đến việc tu tập sự giải thoát sanh tử ngay trong kiếp hiện tại. Nhưng nếu ngay trong hiện tại không đạt được sự giải thoát thì những thiện duyên này sẽ giúp được cho các đời sau: khi được sanh ra, tâm luôn hướng về sự tìm cầu Chánh Pháp, yêu thích tìm kiếm những lời dạy nguyên gốc của Đức Phật, và đồng thời tâm cũng luôn hướng về sự không ưa thích đối với các tà Pháp, tránh xa các tà thuyết không chân chánh, không có cảm xúc cảm tình đối với các tà đạo, tránh được các con đường tu tập sai lệch làm uổng phí công sức và tâm nguyện của người tu tập mà vẫn không đạt được sự giải thoát khổ đau.*

- *Trong quá trình học hỏi nghiên cứu cẩn thận các bản kinh này thì Chánh Tri Kiến đi đến thành tựu đầy đủ, Giới Hạnh đi đến thành tựu đầy đủ, ba kiết sử Thân Kiến, Hoài Nghi, Giới Cấm Thủ được đoạn tận, chứng được Dự Lưu Quả, là bậc Dự Lưu, chỉ còn tái sanh tối đa là bảy lần giữa chư Thiên và loài người, không còn bị đọa vào trong các đường ác sanh như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.*

- *Khi thân hoại mạng chung nếu bị thất niệm, tâm không được tỉnh giác, thì khi tái sanh đời sau, lúc đầu*

không nhớ được đạo pháp, nhưng sau đó sẽ có những nhân duyên đưa đến giúp cho tâm trí từ từ nhớ lại và tiếp tục tu tập trong vòng tối đa bảy lần tái sanh là sẽ đi đến sự chứng đạt được tâm hoàn toàn tịch lặng thoát ly sanh tử, thoát ly đau khổ, thoát khỏi mọi ràng buộc, phiền não đối với ***năm thủ uẩn.***

3. Lòng tri ân

- *Chúng ta, những người đến với đạo thoát ly sanh tử của Đức Phật sau khi Ngài nhập diệt đã trên 2500 năm, nhưng may mắn quá lớn cho chúng ta đó là việc chúng ta vẫn còn được thấy, được gặp, được học hỏi và được hành trì theo những bản kinh nguyên chất truyền thống của Đức Phật. Xin hạnh phúc tri ân sự may mắn này của mình và xin chân thành vô lượng cung kính tri ân Hòa Thượng Thích Minh Châu, người đã bỏ nhiều thời gian, nhiều tâm huyết để làm cho Chánh Pháp được sáng tỏ đối với những người con của Đức Phật tại Việt Nam.*
- *Xin chân thành cung kính cúi đầu tri ân Hoà Thượng - vị ân sư của Phật tử Việt Nam.*

Pháp quốc, ngày 05 tháng 07 năm 2014

Người trình bày - Chơn Tín Toàn

1 10 tưởng trị 10 bệnh - Kinh GIRIMÀNANDA – Tăng IV, 384

GIRIMÀNANDA – *Tăng* IV, 384

1. Một thời, Thế Tôn trú ở Sàvatthi, tại Jetavana, khu vườn của ông Anàthapindika. Lúc bấy giờ, Tôn giả Girimànanda bị bịnh, khổ đau, bị trọng bịnh. Rồi Tôn giả Ànanda đi đến Thế Tôn; sau khi đến, đảnh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Ngồi xuống một bên, Tôn giả Ànanda bạch Thế Tôn:

2. - Tôn giả Girimànanda, bạch Thế Tôn, bị bệnh, khổ đau, bị trọng bệnh. Lành thay, nếu Thế Tôn đi đến Tôn giả Girimànanda, vì lòng từ mẫn.

- Này Ànanda, **nếu Thầy đi đến Tỷ-kheo Girimànanda và đọc lên mười tưởng, thời sự kiện này có thể xảy ra: Tỷ-kheo Girimànanda sau khi được nghe mười tưởng, bệnh của vị ấy có thể được thuyên giảm ngay lập tức!**

3. Thế nào là mười?

1. Tưởng vô thường.
2. Tưởng vô ngã.
3. Tưởng bất tịnh.

4. Tưởng nguy hại.
5. Tưởng đoạn tận.
6. Tưởng từ bỏ.
7. Tưởng đoạn diệt.
8. Tưởng nhàm chán đối với tất cả thế giới.
9. Tưởng vô thường trong tất cả hành.
10. Tưởng niệm hơi thở vô hơi thở ra.

Và này Ànanda, thế nào là ***tưởng vô thường?***

4. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến ngôi rừng, hay đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: "**Sắc** là vô thường, **thọ** là vô thường, **tưởng** là vô thường, **hành** là vô thường, **thức** là vô thường." Như vậy vị ấy trú, tùy quán vô thường, trong năm thủ uẩn này. Này Ànanda, đây gọi là tưởng vô thường.

Và này Ànanda, thế nào là ***tưởng vô ngã?***

5. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến khu rừng hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: "**Mắt** là vô ngã, các sắc là vô ngã; tai là vô ngã, các tiếng là vô ngã; mũi là vô ngã, các hương là vô ngã; lưỡi là vô ngã, các vị là vô ngã; thân là vô ngã, xúc là vô ngã; ý là vô ngã, các pháp là vô ngã." Này Ànanda, đây gọi là tưởng vô ngã.

Và này Ananda, thế nào là ***tưởng bất tịnh?***

6. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo quán sát thân này từ bàn chân trở lên, từ đỉnh tóc trở xuống, được da bao bọc, đầy những vật bất tịnh sai biệt như: *"Trong thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, dây gân, xương, tủy, thận, quả tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm (niêm dịch), mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mở da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu".* Như vậy, vị ấy trú quán bất tịnh trong thân này. Này Ànanda, đây gọi là tưởng bất tịnh.

Và này Ànanda, thế nào là ***tưởng nguy hại?***

7. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, quán sát như sau: *"Nhiều khổ là thân này, nhiều sự nguy hại. Như vậy trong thân này, nhiều loại bệnh khởi lên. Ví như bệnh đau mắt, bệnh đau về tai, bệnh đau mũi, bệnh đau lưỡi, bệnh đau thân, bệnh đau đầu, bệnh đau vành tai, bệnh đau miệng, bệnh đau răng, bệnh ho, bệnh suyễn, bệnh sổ mũi, bệnh sốt, bệnh già yếu, bệnh đau yếu, bệnh đau bụng, bất tỉnh, kiết ly, bệnh đau bụng quặn, bệnh thổ tả, bệnh hủi, bệnh ung nhọt, bệnh ghẻ lở, bệnh ho lao, bệnh trúng gió, bệnh da, bệnh ngứa, bệnh da đóng vảy, bệnh hắc lào lang ben, bệnh ghẻ, bệnh huyết đảm (mật trong máu), bệnh đái*

đường, bệnh trĩ, bệnh mụt nhọt, bệnh ung thư ung loét, các bệnh khởi lên từ gió; bệnh do hòa hợp các thể dịch sinh ra; các bệnh do thời tiết sanh; các bệnh do làm việc quá độ sanh; các bệnh do sự trùng hợp các sự kiện; các bệnh do nghiệp thuần thục, lạnh, nóng, đói khát, đại tiện, tiểu tiện". Như vậy, vị ấy sống, quán sự nguy hại trong thân này. Này Ananda, đây gọi là các tưởng nguy hại.

*Và này Ànanda, thế nào là **tưởng đoạn tận?***

8. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo, không có chấp nhận **dục tầm** đã sanh, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trưởng; không có chấp nhận **sân tầm** đã sanh, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trưởng; không có chấp nhận **hại tầm**... đã sanh...; không có chấp nhận các ác bất thiện pháp tiếp tục khởi lên, từ bỏ, tẩy sạch, chấm dứt, đi đến không sanh trưởng. Này Ànanda, đây được gọi tưởng đoạn tận.

*Và này Ànanda, thế nào là **tưởng từ bỏ?***

9. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến khu rừng, hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, duy xét như sau: "Đây là an tịnh, đây là thù thắng, tức là sự an chỉ tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, ái diệt, ly tham, Niết bàn.

*Và này Ànanda, thế nào là **tưởng đoạn diệt?***

10. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến khu rừng, hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, suy xét như sau: "Đây là an tịnh, đây là thù thắng, tức là sự an chỉ tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, ái diệt, ly tham, Niết bàn".

*Và này Ànanda, thế nào là **tưởng không ưa thích trong tất cả thế giới?***

11. Ở đây, này Ànanda, phàm ở đời có những chấp thủ phương tiện, tâm quyết định, thiên kiến, tùy miên nào, Tỷ-kheo từ bỏ chúng, không ưa thích, không chấp thủ. Này Ànanda, đây gọi là tưởng không hoan hỷ đối với tất cả thế gian.

*Và này các Tỷ-kheo, thế nào là **tưởng vô thường trong tất cả hành?***

12. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo bực phiền, xấu hổ, nhàm chán đối với tất cả hành. Này Ànanda, đây gọi là vô thường trong tất cả hành.

*Và này Ananda, thế nào là **tưởng niệm hơi thở vào, hơi thở ra?***

13. Ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo đi đến khu rừng hay đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, ngồi kiết-

già, lưng thẳng, để niệm trước mặt. Chánh niệm, vị ấy thở vô; chánh niệm, vị ấy thở ra.

1. Thở vô dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở vô dài". Thở ra dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra dài";
2. Thở vô ngắn, vị ấy rõ biết: "Tôi thở vô ngắn". Thở ra ngắn, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra ngắn".
3. "**Cảm giác toàn thân**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
4. "**An tịnh thân hành**, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
5. "**Cảm giác hỷ thọ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra », vị ấy tập.
6. "**Cảm giác lạc thọ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra », vị ấy tập.
7. "**Cảm giác tâm hành**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
8. "**An tịnh tâm hành**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
9. "**Cảm giác về tâm**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác về tâm, Tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
10. "**Với tâm hân hoan**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
11. "**Với tâm định tĩnh**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
12. "**Với tâm giải thoát**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

13. **"Quán vô thường**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán vô thường, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
14. **"Quán ly tham**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán ly tham, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
15. **"Quán đoạn diệt**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán đoạn tiệt, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
16. **"Quán từ bỏ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

Này Ànanda, đó là niệm hơi thở vô, hơi thở ra.

14. Này Ànanda, nếu Thầy đi đến Tỷ-kheo Girimànanda và đọc lên mười tưởng này, sự kiện này có xảy ra: Tỷ-kheo Girimànanda, sau khi nghe mười tưởng này, bệnh của vị ấy được thuyên giảm ngay lập tức".

15. Rồi Tôn giả Ànanda, sau khi học thuộc từ Thế Tôn mười tưởng này, đi đến Tôn giả Girimànanda, sau khi đến, nói lên với Tôn giả Girimànanda mười tưởng này. **Và Tôn giả Girimànanda, sau khi nghe mười tưởng này, bệnh của vị ấy được thuyên giảm ngay lập tức.** Tôn giả Girimànanda, được thoát khỏi bệnh ấy. Được đoạn tận như vậy là chứng bệnh ấy của Tôn giả Girimànanda.

2 4 niệm xứ để đoạn tận 5 xan tham - Kinh XAN THAM – Tăng IV, 228

XAN THAM – *Tăng* IV, 228

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm xan tham này.

2. Thế nào là năm?

- Xan tham trú xứ,
- Xan tham gia đình,
- Xan tham lợi dưỡng,
- Xan tham dung sắc,
- Xan tham pháp.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm xan tham này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập... Bốn niệm xứ này cần phải tu tập.

3 7 giác chi đâm thủng phá vở tham sân si - Kinh Thể Nhập – Tương V, 139

Thể Nhập – *Tương* V, 139

1) ...

2) -- Này các Tỷ-kheo, Ta sẽ giảng cho các ông con đường thể nhập phần (nibbedhabhàgiyam). Hãy lắng nghe.

3) *Và này các Tỷ-kheo, thế nào là con đường thể nhập phần?*

Tức là **bảy giác chi**. Thế nào là bảy? Niệm giác chi, trạch pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỷ giác chi, khinh an giác chi, định giác chi, xả giác chi.

4) Khi nghe nói vậy, Tôn giả Udàyi bạch Thế Tôn:

-- *Tu tập như thế nào, làm cho sung mãn như thế nào, bạch Thế Tôn, bảy giác chi đưa đến thể nhập?*

5) -- Ở đây, này Udàyi, Tỷ-kheo tu tập niệm giác chi liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến đoạn diệt, hướng đến từ bỏ, quảng đại, to lớn, vô lượng, không sân.

- *Vị ấy nhờ tâm tu tập niệm giác chi, đâm thủng được (nibbijjhati), phá vỡ được (padàleti)* ***tham uẩn*** *từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ.*
- Vị ấy đâm thủng được, phá vỡ được ***sân*** *uẩn* từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ.
- Vị ấy đâm thủng được, phá vỡ được ***si*** *uẩn* từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ.

... Tu tập xả giác chi liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến đoạn diệt, hướng đến từ bỏ, quảng đại, to lớn, vô lượng, không sân.

Vị ấy nhờ tâm tu tập ***xả*** *giác chi, đâm thủng được, phá vỡ được* ***tham*** *uẩn* từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ; vị ấy đâm thủng được, phá vỡ được ***sân*** uẩn từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ; vị ấy đâm thủng được, phá vỡ được ***si*** uẩn từ trước chưa từng bị đâm thủng, từ trước chưa từng bị phá vỡ.

6) Tu tập như vậy, làm cho sung mãn như vậy, này Udàyi, **bảy giác chi** đưa đến thể nhập.

4 7 tưởng trị 7 bệnh - Kinh TƯỞNG 2 – Tăng III, 342

TƯỞNG 2 –*Tăng* III, 342

1. - Có bảy tưởng này, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh.

2. Thế nào là bảy?

- Tưởng bất tịnh,
- Tưởng chết,
- Tưởng nhàm chán đối với các món ăn,
- Tưởng không hoan hỷ đối với tất cả thế giới,
- Tưởng vô thường,
- Tưởng khổ trong vô thường,
- Tưởng vô ngã trong khổ.

*3. **Tưởng bất tịnh**, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

4. Này các Tỷ-kheo, khi một Tỷ-kheo sống nhiều với các **tưởng bất tịnh**, thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng để không đắm vào các dâm dục; do đó tâm

vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.

- *Ví như, này các Tỷ-kheo, lông gà hay là dây gân quăng vào lửa thời thối lui, trở lưng, quay lưng, và không căng thẳng.* Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, khi một Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng bất tịnh, thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng để không đắm vào các dâm dục; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.
- Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng bất tịnh, ***nhưng*** tâm lại chạy theo, đắm vào dâm dục, không khởi lên nhàm chán, thời Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: *"Tưởng bất tịnh không được ta tu tập, ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được quả tu tập".* Ở đấy, vị ấy tỉnh giác như vậy.
- Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng bất tịnh, thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng để không đắm vào các dâm dục, do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán, thời Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: *"Tưởng bất tịnh được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả tu tập".* Ở đấy, vị ấy tỉnh giác như vậy.

Tưởng bất tịnh, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên này, được nói đến như vậy.

*5. **Tưởng chết**, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

6. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo *sống nhiều* với **tưởng chết**, *thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng **không thích thú sự sống***, do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.

... (như số 4 ở trên, chỉ khác trước là tưởng bất tịnh, đây là tưởng chết, với sự thay đổi cần thiết)... Do duyên này, được nói đến như vậy.

*7. **Tưởng nhàm chán đối với món ăn**, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

8. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các **tưởng nhàm chán đối với các món ăn,** thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng **không tham ái các vị**; do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.

... (như số 4 ở trên, chỉ khác đây là tưởng nhàm chán đối với các món ăn)... Do duyên này được nói đến như vậy.

*9. **Tưởng không hoan hỷ đối với các thế giới,** này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

10. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với **tưởng không hoan hỷ đối với các thế giới**, thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng với các lòe loẹt của thế giới, do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.

... (như số 4 ở trên, chỉ khác đây là tâm không hoan hỷ đối với các thế giới và những thay đổi cần thiết)... Do duyên này được nói đến như vậy.

*11. **Tưởng vô thường**, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, như vậy được nói đến. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

12. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với **tưởng vô thường**, thời tâm thối lui, tâm trở lưng, quay lưng với các lợi dưỡng, cung kính, danh vọng;

do đó tâm vị ấy không căng thẳng, thanh thản, khởi lên nhàm chán.

... (như số 4 ở trên, chỉ khác đây là tưởng vô thường với những thay đổi cần thiết)...

*13. **Tưởng khổ trên vô thường**, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

14. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các **tưởng khổ trên vô thường**, thời các tưởng sợ hãi sắc bén được an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát.

- Ví như một kẻ giết người giơ đao lên.
- Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng khổ trên vô thường, nhưng các tưởng sợ hãi sắc bén không được an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát; thời giống như một kẻ giết người giơ đao lên. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: *"Tưởng khổ trên vô thường không được ta tu tập; ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được*

quả của sự tu tập." Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy.

- Nhưng này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng khổ trên vô thường, thời các tưởng sợ hãi sắc bén an lập trên thụ động, biếng nhác, thả lỏng, phóng dật, không chú tâm, không quán sát, ví như một kẻ giết người giơ đao lên. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo cần phải hiểu rằng: *"Tưởng khổ trên vô thường được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả của sự tu tập."* Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy.

Tưởng khổ trên vô thường, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên này được nói đến như vậy.

*15. **Tưởng vô ngã trên khổ,** này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm mục đích, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?*

16. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các **tưởng vô ngã** trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn,

đối với cái thân có thức nầy và đối với tất cả tướng ở ngoài, khéo giải thoát, được an tịnh, vượt qua các thiên kiến.

- Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với tâm chất chứa tưởng vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy không thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn, đối với cái thân có thức nầy và đối với tất cả tướng ở ngoài, khéo giải thoát, được an tịnh, vượt qua các thiên kiến. Này các Tỷ-kheo, *Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tưởng vô ngã trên khổ không được ta tu tập; ở nơi ta không có sự sai khác trước và sau. Ta không đạt được quả của sự tu tập."* Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy.
- Nhưng này Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo sống nhiều với các tưởng vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, ý của vị ấy thoát khỏi các tư tưởng ngã, ngã sở, ngã mạn, đối với cái thân có thức và đối với tất cả tướng ở ngoài, khéo giải thoát, được an tịnh, vượt qua các thiên kiến. Này các Tỷ-kheo, *Tỷ-kheo ấy cần phải hiểu rằng: "Tưởng vô ngã trên khổ được ta tu tập; ở nơi ta có sự sai khác trước và sau. Ta đạt được quả của sự tu tập."* Ở đây, vị ấy tỉnh giác như vậy.

Tưởng vô ngã trên khổ, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy.

Bảy tưởng này, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, có quả lớn, có lợi ích lớn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm cứu cánh.

5 9 cách niệm thân để trị Tham, Sân - Kinh SAU KHI AN CƯ – Tăng IV, 96

SAU KHI AN CƯ – *Tăng* IV, 96

1. Như vậy tôi nghe:

Một thời, Thế Tôn trú ở Sàvatthi, tại Jetavana, khu vườn ông Anàthapindika, rồi Tôn giả Sàriputta đi đến Thế Tôn, sau khi đến đảnh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Ngồi xuống một bên, Tôn giả Sàriputta bạch Thế Tôn:

- Bạch Thế Tôn, con đã sống an cư trong mùa mưa tại Sàvatthi. Bạch Thế Tôn, nay con muốn ra đi du hành trong quốc độ.

- Này Sàriputta, nay Thầy hãy làm những gì Thầy nghĩ là hợp thời.

Rồi Tôn giả Sàriputta từ chỗ ngồi đứng dậy, đảnh lễ Thế Tôn, thân phía hữu hướng về Ngài rồi ra đi.

2. Rồi một Tỳ-kheo, sau khi Tôn giả Sàriputta ra đi không bao lâu, bạch Thế Tôn:

- *Bạch Thế Tôn,* ***Tôn giả Sàriputta xâm phạm con, đã bỏ đi du hành không có xin lỗi con.***

Thế Tôn cho gọi một Tỷ-kheo:

- Này Tỷ-kheo, hãy đến nhân danh Ta, nói với Sàriputta: "Thưa Hiền giả, bậc Đạo Sư cho gọi Hiền giả".

- Thưa vâng, bạch Thế Tôn.

Tỷ-kheo ấy, vâng đáp Thế Tôn, đi đến Tôn giả Sàriputta, sau khi đến, nói với Tôn giả Sàriputta:

- Thưa Hiền giả Sàriputta, bậc Đạo Sư cho gọi Hiền giả.

- Thưa vâng, này Hiền giả.

Tôn giả Sàriputta vâng đáp Tỷ-kheo ấy. Lúc bấy giờ, Tôn giả Mahà Moggallàna và Tôn giả Ànanda cầm chìa khóa, đi từ tinh xá này đến tinh xá khác nói rằng:

- Chư Tôn giả hãy đến! Chư Tôn giả hãy đến! Nay Tôn giả Sàriputta sẽ rống tiếng rống con sư tử trước mặt Thế Tôn.

3. Rồi Tôn giả Sàriputta đi đến Thế Tôn, sau khi đảnh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên Thế Tôn, nói với Tôn giả Sàriputta đang ngồi xuống một bên:

- Ở đây, này Sàriputta, một đồng Phạm hạnh có điều bất mãn với Thầy: "Bạch Thế Tôn, Tôn giả Sàriputta xâm phạm con đã ra đi không có xin lỗi con".

4. *- Thật vậy, bạch Thế Tôn, với ai không an trú **thân niệm** trên thân, người ấy, ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*

- *Ví như, bạch Thế Tôn, trên **đất**, người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ bất tịnh, quăng phẩn uế, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mủ và quăng máu; tuy vậy đất không lo âu, không xấu hổ, hay không nhàm chán.* Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như đất,*** rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- *Ví như, bạch Thế Tôn, trong **nước** người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ bất tịnh, rửa sạch phẩn uế, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch máu, rửa sạch mủ; tuy vậy nước không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán.* Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như nước,*** rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy

ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

- *Ví như, bạch Thế Tôn, **lửa** đốt các đồ tịnh, đốt các đồ bất tịnh, đốt phẩn uế, đốt nước tiểu, đốt nước miếng, đốt mủ, đốt máu; tuy vậy lửa không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như lửa,*** rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- *Ví như, bạch Thế Tôn, **gió** thổi các đồ tịnh, thổi các đồ bất tịnh, thổi phẩn uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mủ, thổi máu; tuy vậy gió không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như gió,*** rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- *Ví như, bạch Thế Tôn, một miếng **vải lau chùi** lau các đồ tịnh, lau các đồ bất tịnh, lau phẩn uế, lau nước tiểu, lau nước miếng, lau mủ, lau máu; tuy vậy miếng vải lau chùi không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như miếng vải lau chùi***, rộng rãi,

rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

- *Ví như, bạch Thế Tôn, con trai của một người Candàla (Chiên-đà-la: hạ liệt) hay con gái của một người Candàla, với tay cầm bát* ***ăn xin****, mặc đồ rách rưới, đi vào làng hay đi vào thị trấn, với một tâm trạng hạ liệt.* Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm giống như con Chiên-đà-la***, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- *Ví như, bạch Thế Tôn, một con bò đực, với sừng bị cưa, hiền lương, khéo điều phục, khéo huấn luyện, đi lang thang từ đường này đến đường khác, từ ngã tư này đến ngã tư khác, không hại một ai với chân hay với sừng*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm giống như một con bò đực với sừng bị cưa,*** rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

- *Ví như, bạch Thế Tôn, một nữ nhân hay một nam nhân còn trẻ tuổi, thanh niên, ưa thích trang điểm, sau khi gội đầu, sẽ lo âu, xấu hổ, nhàm chán nếu xác rắn, hay xác chó, hay xác người được cuốn vào cổ người ấy*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con lo âu, xấu hổ, nhàm chán với cái thân đầy bất tịnh này***. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- *Ví như, bạch Thế Tôn, có người mang một cái bát đầy mỡ, có thủng nhiều lỗ, thủng nhiều đường, bị chảy, bị rỉ*. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con mang cái thân này, có thủng nhiều lỗ, có thủng nhiều đường, bị chảy, bị rỉ.*** Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

5. Rồi Tỷ-kheo ấy từ chỗ ngồi đứng dậy, đắp thượng y vào một bên vai, cúi đầu đảnh lễ chân Thế Tôn và bạch Thế Tôn:

- Bạch Thế Tôn, con đã phạm một trọng tội. Vì ngu si, vì vô minh, vì bất thiện, con đã xuyên tạc Tôn giả Sàriputta, không ý thức, trống không, vọng ngôn,

không thật. Mong Thế Tôn chấp nhận cho con tội ấy là một tội để con ngăn đón về tương lai.

- Này Tỷ-kheo, thật là một trọng tội. Vì ngu si, vì vô minh, vì bất thiện, Thầy đã xuyên tạc Tôn giả Sàriputta, không ý thức, trống không, vọng ngôn, không thật. Này Tỷ-kheo, vì Thầy đã thấy tội ấy là một tội, đã phát lộ đúng pháp, Ta chấp nhận tội ấy cho Thầy. Đây là một sự tiến bộ, này Tỷ-kheo, trong Pháp Luật của bậc Thánh, những ai thấy tội là tội, phát lộ đúng pháp, và ngăn đón trong tương lai.

6. Rồi Thế Tôn, nói với Tôn giả Sàriputta:

- Này Sàriputta, hãy tha thứ kẻ ngu si này, ***trước khi ở đây, đầu nó sẽ bị vỡ tan làm bảy mảnh.***

- Bạch Thế Tôn, con tha thứ cho Tôn giả ấy, nếu Tôn giả ấy nói với con: "Hãy tha thứ cho", và cũng mong Tôn giả ấy tha thứ cho con.

6 Kinh BIẾT ĐỦ – Tăng III, 267

BIẾT ĐỦ –*Tăng* III, 267

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba?

- Không biết đủ,
- Không tỉnh giác,
- Có nhiều dục.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận không biết đủ, **biết đủ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận không tỉnh giác, **tỉnh giác** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận có nhiều dục, **ít dục** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

7 Kinh TRẠO CỬ – Tăng III, 268

TRẠO CỬ –*Tăng* III, 268

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Trạo cử, không bảo vệ, phóng dật.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, ba pháp cần phải tu tập.

3. . Thế nào là ba?

- Để đoạn tận trạo cử, **chỉ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận không bảo vệ, **bảo vệ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận phóng dật, **không phóng dật** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

8 Kinh TỊNH TƯỚNG – Tăng I, 11

TỊNH TƯỚNG – *Tăng* I, 11

1.- Ta không thấy một pháp nào khác, dẫn đến **dục tham** chưa sanh được sanh khởi, hay dục tham đã sanh được tăng trưởng quảng đại, như tịnh tướng. ***Tịnh tướng***, này các Tỷ-kheo, nếu không như lý tác ý, đưa đến dục tham chưa sanh được sanh khởi, và dục tham đã sanh được tăng trưởng quảng đại.

2. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **sân** chưa sanh được sanh khởi, và sân đã sanh được tăng trưởng quảng đại, như đối ngại tướng. ***Đối ngại tướng***, này các Tỷ-kheo, nếu không như lý tác ý, đưa đến sân chưa sanh được sanh khởi, và sân đã sanh được tăng trưởng quảng đại.

3. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **hôn trầm** thụy miên chưa sanh được sanh khởi, và hôn trầm thụy miên đã sanh được tăng trưởng quảng đại, như ***không hân hoan, biếng nhác, chán nản, ăn quá no, tâm thụ động.*** Với người có ***tâm thụ động***, này các Tỷ-kheo, hôn trầm thụy miên chưa sanh được sanh khởi, và hôn trầm thụy miên đã sanh được tăng trưởng quảng đại.

4. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **trạo hối** chưa sanh được sanh khởi, hay trạo hối đã sanh được tăng trưởng quảng đại, như ***tâm không được chỉ tịnh***. Với người tâm không chỉ tịnh, này các Tỷ-kheo, trạo hối chưa sanh được sanh khởi, và trạo hối đã sanh, được tăng trưởng quảng đại.

5. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **nghi hoặc** chưa sanh được sanh khởi và nghi hoặc đã sanh được tăng trưởng quảng đại, như ***không như lý tác ý***. Do không như lý tác ý, này các Tỷ-kheo, nghi hoặc chưa sanh được sanh khởi, và nghi hoặc đã sanh được tăng trưởng quảng đại.

6. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **dục tham** chưa sanh không sanh khởi, và dục tham đã sanh được đoạn tận, như ***tướng bất tịnh***. Tướng bất tịnh, này các Tỷ-kheo, nếu như lý tác ý, thời dục tham chưa sanh không sanh khởi, và dục tham đã sanh được đoạn tận.

7. Ta không thấy một pháp nào khác đưa đến **sân** chưa sanh không sanh khởi, và sân đã sanh được đoạn tận như ***từ tâm giải thoát***... Từ tâm giải thoát, này các Tỷ-kheo, nếu như lý tác ý, thời sân chưa sanh không sanh khởi, và sân đã sanh được đoạn tận.

8. Ta không thấy một pháp nào khác đưa đến **hôn trầm** thụy miên chưa sanh không sanh khởi, hay hôn trầm thụy miên đã sanh được đoạn tận, như ***tinh cần giới, tinh tấn giới, dõng mảnh giới*.** Người tinh cần, tinh tấn, này các Tỷ kheo, hôn trầm thụy miên chưa sanh không sanh khởi, và hôn trầm thụy miên đã sanh được đoạn tận.

9. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **trạo hối** chưa sanh không sanh khởi, hay trạo hối đã sanh được đoạn tận, như ***tâm tịnh chỉ***. Người có tâm tịnh chỉ, này các Tỷ-kheo, trạo hối chưa sanh không sanh khởi, và trạo hối đã sanh được đoạn tận.

10. Ta không thấy một pháp nào khác, đưa đến **nghi hoặc** chưa sanh không sanh khởi, và nghi hoặc đã sanh được đoạn tận, *như* ***như lý tác ý*.** Nếu như lý tác ý, này các Tỷ-kheo, nghi hoặc chưa sanh không sanh khởi, và nghi hoặc đã sanh được đoạn tận.

9 Kinh UDÀYI – Tăng III, 70

UDÀYI –*Tăng* III, 70

1. Rồi Thế Tôn gọi Tôn giả Udàyi:

- Này Udàyi, có bao nhiêu chỗ để tùy niệm?

Được nói vậy, Tôn giả Udàyi giữ im lặng. Lần thứ hai, Thế Tôn bảo Tôn giả Udàyi:

- Có bao nhiêu chỗ để tùy niệm?

Lần thứ hai, Tôn giả Udàyi giữ im lặng. Lần thứ ba, Thế Tôn bảo Tôn giả Udàyi:

- Có bao nhiêu chỗ để tùy niệm? Lần thứ ba, Tôn giả Udàyi giữ im lặng. Rồi Tôn giả Ànanda nói với Tôn giả Udàyi:

- Này Hiền giả Udàyi, Thế Tôn gọi Hiền giả!

- Thưa Hiền giả Ànanda, tôi có nghe Thế Tôn gọi. Bạch Thế Tôn, khi Tỷ-kheo nhớ đến nhiều đời trước ở quá khứ như một đời, hai đời... vị ấy nhớ nhiều đời trước với các nét đại cương và các chi tiết. Bạch Thế Tôn, đây là chỗ để tùy niệm.

Rồi Thế Tôn bảo Tôn giả Ànanda:

- Ta đã biết, này Ànanda, kẻ ngu Udàyi này không sống chuyên tâm vào tăng thượng tâm.

- Này Ànanda, có bao nhiêu chỗ để tùy niệm?

- Bạch Thế Tôn, có năm chỗ để tùy niệm. Thế nào là năm?

2. Ở đây, bạch Thế Tôn, Tỷ-kheo ly dục, ly pháp bất thiện... chứng đạt và an trú Thiền thứ ba. Bạch Thế Tôn, đây là chỗ để tùy niệm, như vậy tu tập, như vậy làm cho sung mãn, đưa đến hiện tại lạc trú.

3. Lại nữa, bạch Thế Tôn, Tỷ-kheo tác ý với tưởng ánh sáng, trú vào tưởng ban ngày. Ngày như thế nào thời đêm như vậy. Đêm như thế nào thời ngày như vậy. Như vậy, với tâm rộng mở, không có hạn chế, vị ấy tu tập tâm với ánh sáng, chiếu sáng. Bạch Thế Tôn, đây là chỗ để tùy niệm, tu tập như vậy, làm cho sung mãn, đưa đến chứng đắc tri kiến.

4. Lại nữa, bạch Thế Tôn, Tỷ-kheo quán sát thân này từ bàn chân trở lên trên, từ đảnh tóc trở xuống, được da bao bọc và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt. Trong thân này, đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm, mũ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mủ, nước ở khớp xương, nước tiểu. Bạch Thế Tôn, đây là chỗ để tùy niệm, tu tập như vậy, làm sung mãn như vậy, đưa đến đoạn tận tham dục.

5. Lại nữa, bạch Thế Tôn, ví như vị Tỷ-kheo thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, một ngày hay

hai ngày, ba ngày, thi thể ấy trương phồng lên, xanh ứ lại, thối ra mủ chảy. Tỷ-kheo ấy đem so sánh với thân này như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy". Ví như vị ấy thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, bị các loại quạ ăn; hay bị các loài diều hâu ăn; hay bị các chim kên ăn; hay bị các loài chó ăn; hay bị các loài dã can ăn; hay bị các loài côn trùng ăn. Tỷ-kheo ấy đem so sánh với thân này như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy". Ví như vị ấy thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, với các xương còn liên kết với nhau, còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cột lại; với các bộ xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt, nhưng còn dính máu, còn được các đường gân cột lại; với các bộ xương còn liên kết với nhau, không còn thịt và máu, còn được các đường gân cột lại; chỉ còn xương không dính lại với nhau, rải rác chỗ này chỗ kia. Ở đây, là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống, ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương mông, ở đây là xương sống, ở đây là đầu. Tỷ-kheo ấy đem so sánh với thân này như sau: "Thân này bản chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy". Hay ví như vị ấy thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn toàn xương trắng màu vỏ ốc, chỉ còn một đống xương lâu hơn một năm, chỉ còn là

xương thối trở thành bột. Tỷ-kheo ấy đem so sánh với thân này như sau:: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy". Đây là chỗ để tùy niệm, bạch Thế Tôn, được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy, đưa đến nhổ tận gốc kiêu mạn "Tôi là".

6. Lại nữa, bạch Thế Tôn, Tỷ-kheo bỏ lạc, bỏ khổ... chứng đạt và an trú Thiền thứ tư. Đây là chỗ để tùy niệm, bạch Thế Tôn, được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy, đưa đến sự thể nhập hoàn toàn các giới sai khác nhau.

Bạch Thế Tôn, đây là năm chỗ để tùy niệm.

- Lành thay, lành thay, này Ananda! Đây là chỗ tùy niệm thứ sáu, hãy thọ trì ở đây, này Ànanda, Tỷ-kheo chánh niệm đi ra, chánh niệm đi vào, chánh niệm ngồi, chánh niệm nằm, chánh niệm trong khi làm việc. Này Ànanda, đây là chỗ để tùy niệm, như vậy tu tập, như vậy làm cho sung mãn, được đưa đến chánh niệm tỉnh giác.

10 Kinh XUẤT LY GIỚI – Tăng III, 25

XUẤT LY GIỚI –*Tăng* III, 25

1. - Này các Tỷ-kheo, có **sáu pháp xuất ly giới** này. Thế nào là sáu?

2. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nói như sau: "Ta đã tu tập từ tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, *tuy vậy, sân tâm vẫn ngự trị tâm ta*".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy, Hiền giả chớ có nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy không tốt. Thế Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy, trường hợp không phải như vậy. Ai tu tập từ tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, sân tâm vẫn ngự trị, an trú; sự kiện như vậy không xảy ra. Này Hiền giả, cái này có khả năng giải thoát sân tâm, tức là từ tâm giải thoát".*

3. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo nói như sau: "Ta đã tu tập, bi tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất

chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, hại tâm vẫn ngự trị tâm ta".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy, Hiền giả chớ có nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy không tốt. Thế Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy. Trường hợp không phải như vậy. Ai tu tập bi tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, hại tâm vẫn ngự trị, an trú; sự kiện không xảy ra như vậy. Này Hiền giả, cái này có khả năng giải thoát hại tâm, tức là **bi** tâm giải thoát".*

4. Này các Tỳ-kheo, ở đây vị Tỳ-kheo nói như sau: "Ta đã tu tập hỷ tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, bất lạc tâm vẫn ngự trị tâm ta".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy. Hiền giả chớ nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy thật không tốt. Thế Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy. Trường hợp không phải như vậy. Nếu tu tập hỷ tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, bất lạc tâm vẫn ngự trị, an trú; sự kiện không xảy ra như vậy. Này Hiền giả, cái này có*

khả năng giải thoát bất lạc tâm, tức là hỷ tâm giải thoát".

5. Này các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo nói như sau: "Ta đã tu tập xả tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, tham tâm vẫn ngự trị tâm ta".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy, Hiền giả chớ nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy thật không tốt. Thế Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy. Trường hợp không phải như vậy. Nếu tu tập xả tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, tham tâm vẫn ngự trị an trú; sự kiện không xảy ra như vậy. Này Hiền giả, cái này có khả năng giải thoát tham tâm, tức là xả tâm giải thoát".*

6. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nói như sau: "Ta đã tu tập vô tướng tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, tuy vậy, thức của ta vẫn tùy niệm tướng".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy, Hiền giả chớ có nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy thật không tốt. Thế*

*Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy. Trường hợp không phải như vậy. Nếu tu tập vô tướng tâm giải thoát, làm cho sung mãn, làm thành cỗ xe, làm thành căn cứ, an trú, chất chứa và khéo léo tinh cần, thức vẫn sẽ tùy niệm tướng, an trú; sự kiện không xảy ra như vậy. Này Hiền giả, cái này có khả năng giải thoát tất cả tướng, tức là **vô tướng tâm giải thoát**".*

7. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nào nói như sau: "Tôi đã từ bỏ tư tưởng "Tôi là". Tôi không có tùy quán "Cái này là tôi", tuy vậy, mũi tên nghi ngờ, do sự xâm chiếm tâm tôi và an trú".

Vị ấy cần phải được nói như sau: *"Chớ có như vậy, Hiền giả chớ có nói như vậy. Chớ có xuyên tạc Thế Tôn. Xuyên tạc Thế Tôn như vậy thật không tốt. Thế Tôn không nói như vậy. Này Hiền giả, sự kiện không phải như vậy. Trường hợp không phải như vậy. Với ai đã từ bỏ tư tưởng "Tôi là", với ai không có tùy quán "Cái này là tôi", tuy vậy, mũi tên nghi ngờ, do dự xâm chiếm tâm người ấy và an trú; sự kiện không xảy ra như vậy. Này Hiền giả, cái này có khả năng giải thoát mũi tên nghi hoặc do dự, tức là **sự nhổ lên kiêu mạn "Tôi là"**.*

Này các Tỷ-kheo, đây là sáu pháp xuất ly giới.

11 Kinh ĐOẠN GIẢM – 8 Trung I, 97

KINH ĐOẠN GIẢM

(Sallekha suttam)

– Bài kinh số 8 – *Trung* I, 97

Như vầy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn ở Savatthi (Xá-vệ), tại Jetavana (Kỳ-đà Lâm), vườn ông Anathapindika (Cấp Cô Độc). Lúc bấy giờ, Tôn giả Mahacunda, vào buổi chiều từ chỗ độc cư Thiền tịnh đứng dậy, đến tại chỗ Thế Tôn, đảnh lễ Ngài rồi ngồi xuống một bên. Sau khi ngồi xuống một bên, Tôn giả Mahacunda bạch Thế Tôn:

– Bạch Thế Tôn, có những loại ***sở kiến*** *này khởi lên trên đời, hoặc liên hệ đến ngã luận, hoặc liên hệ đến thế giới luận. Bạch Thế Tôn, đối với một Tỷ-kheo, có tác ý ngay từ ban đầu, thời có thể đoạn trừ những sở kiến ấy hay không, có thể xả ly những sở kiến ấy hay không?*

– Này Cunda, những loại sở kiến này khởi lên trên đời, hoặc liên hệ đến ngã luận, *hoặc liên hệ đến*

thế giới luận, chỗ nào những sở kiến này tiềm ẩn, và chỗ nào những sở kiến này hiện hành, ***chỉ có cách*** *như thật quán sát chúng với trí tuệ rằng: "Cái này không phải của tôi, cái này không phải là tôi, cài này không phải tự ngã của tôi", có vậy thời có sự đoạn trừ những sở kiến ấy, có sự xả ly những sở kiến ấy.*

– Này Cunda, sự kiện này xảy ra khi ở đây một Tỷ-kheo ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú **Thiền thứ nhất**, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm với tứ. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". *Này Cunda, các (quả chứng) ấy không gọi là đoạn giảm trong giới luật của bậc Thánh. Chúng được gọi là hiện tại lạc trú trong giới luật của bậc Thánh.*

– Này Cunda, sự kiện này xảy ra khi ở đây, một Tỷ-kheo diệt tầm và tứ, chứng và trú **Thiền thứ hai**, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tỉnh nhất tâm. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". Này Cunda, các (quả chứng) ấy không gọi là đoạn giảm trong giới luật của bậc Thánh. Chúng được gọi là *hiện tại lạc trú* trong giới luật của bậc Thánh.

– Này Cunda, sự kiện này xảy ra khi ở đây, một Tỷ-kheo ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác,

thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú **Thiền thứ ba**. Vị ấy có thể nghĩ... (như trên)... *hiện tại lạc trú* trong giới của bậc Thánh.

– Này Cunda, sự kiện này xảy ra, khi một Tỷ-kheo xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú **Thiền thứ tư**, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". Này Cunda, các (quả chứng) ấy không gọi là đoạn giảm trong giới luật của bậc Thánh. Chúng được gọi là *hiện tại lạc trú* trong giới luật của bậc Thánh.

➡ Này Cunda, sự kiện này xảy ra, khi một Tỷ-kheo vượt lên mọi sắc tưởng, diệt trừ mọi chướng ngại tưởng, không tác ý đối với dị tưởng. Tỷ-kheo nghĩ rằng: "Hư không là vô biên", chứng và trú **Không vô biên xứ**. Vị ấy có thể tự nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". *Này Cunda, các (quả chứng) ấy không gọi là đoạn giảm trong giới luật của bậc Thánh. Chúng được gọi là* ***tịch tịnh trú*** *trong giới luật của bậc Thánh.*

➡ Này Cunda, sự kiện này xảy ra, khi một Tỷ-kheo vượt lên mọi Không vô biên xứ, nghĩ rằng: "Thức là vô biên", chứng và trú **Thức vô**

biên xứ. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". Này Cunda... (như trên)... chúng được gọi là *tịch tịnh trú* trong giới luật của bậc Thánh.

- ➡ Này Cunda, sự kiện này xảy ra, khi một Tỷ-kheo vượt lên mọi Thức vô biên xứ, nghĩ rằng: "Không có vật gì", chứng và trú **Vô sở hữu xứ**. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". Này Cunda... (như trên)... chúng được gọi là *tịch tịnh trú* trong giới luật của bậc Thánh.
- ➡ Này Cunda, sự kiện này xảy ra, khi một Tỷ-kheo vượt lên mọi Vô sở hữu xứ, chứng và trú **Phi tưởng phi phi tưởng xứ**. Vị ấy có thể nghĩ: "Ta sống với hạnh đoạn giảm". Này Cunda... (như trên)... chúng được gọi là *tịch tịnh trú* trong giới luật của bậc Thánh.

Này Cunda, ở đây đoạn giảm được các Người thực hiện khi các Người nghĩ:

1. *"Những kẻ khác có thể là những người làm hại, chúng ta ở đây không thể là những người làm hại", như vậy đoạn giảm được thực hiện.*
2. *"Những kẻ khác có thể sát sanh, chúng ta*

ở đây sẽ từ bỏ sát sanh", như vậy đoạn giảm được thực hiện.

3. *"Những kẻ khác có thể lấy của không cho, chúng ta ở đây sẽ từ bỏ lấy của không cho", như vậy đoạn giảm được thực hiện.*
4. *"Những kẻ khác có thể không phạm hạnh, chúng ta ở đây sẽ sống phạm hạnh", như vậy...*
5. *"Những kẻ khác có thể nói láo, chúng ta ở đây sẽ từ bỏ nói láo*
6. *"Những kẻ khác có thể nói hai lưỡi, chúng ta ở đây sẽ từ bỏ nói hai lưỡi",...*
7. *"Những kẻ khác có thể nói lời độc ác", chúng ta ở đây sẽ từ bỏ nói lời độc ác", ...*
8. *"Những kẻ khác có thể nói lời phù phiếm, chúng ta ở đây sẽ từ bỏ nói lời phù phiếm",...*
9. *"Những kẻ khác có thể tham dục, chúng ta ở đây không tham dục",...*
10. *"Những kẻ khác có thể có sân tâm, chúng ta ở đây sẽ không có sân tâm",...*
11. *"Những kẻ khác có thể có tà kiến, chúng ta ở đây sẽ có chánh kiến,...*
12. *"Những kẻ khác có thể có tà tư duy,*

chúng ta ở đây sẽ có chánh tư duy",...

13. *"Những kẻ khác có thể có tà ngữ, chúng ta ở đây sẽ có chánh ngữ",...*

14. *"Những kẻ khác có thể có tà nghiệp, chúng ta ở đây sẽ có chánh nghiệp",...*

15. *"Những kẻ khác có thể có tà mạng, chúng ta ở đây sẽ có chánh mạng",...*

16. *"Những kẻ khác có thể có tà tinh tấn, chúng ta ở đây sẽ có chánh tinh tấn",...*

17. *"Những kẻ khác có thể có tà niệm, chúng ta ở đây sẽ có chánh niệm",...*

18. *"Những kẻ khác có thể có tà định, chúng ta ở đây sẽ có chánh định",...*

19. *"Những kẻ khác có thể có tà trí, chúng ta ở đây sẽ có chánh trí",...*

20. *"Những kẻ khác có thể có tà giải thoát, chúng ta ở đây sẽ có chánh giải thoát",...*

21. *"Những kẻ khác có thể bị hôn trầm thụy miên chi phối, chúng ta ở đây sẽ không có hôn trầm thụy miên chi phối",...*

22. *"Những kẻ khác có thể có trạo hối, chúng ta ở đây sẽ không có trạo hối",...*

23. *"Những kẻ khác có thể nghi hoặc,*

chúng ta ở đây sẽ trừ diệt nghi hoặc",...

24. "Những kẻ khác có thể phẫn nộ, chúng ta ở đây sẽ không có phẫn nộ",...

25. "Những kẻ khác có thể oán hận, chúng ta ở đây sẽ không có oán hận",...

26. "Những kẻ khác có thể hư ngụy, chúng ta ở đây sẽ không hư ngụy",...

27. "Những kẻ khác có thể não hại, chúng ta ở đây sẽ không não hại",...

28. "Những kẻ khác có thể tật đố, chúng ta ở đây sẽ không tật đố

29. "Những kẻ khác có thể xan tham, chúng ta ở đây sẽ không xan tham",...

30. "Những kẻ khác có thể man trá, chúng ta ở đây sẽ không man trá...

31. "Những kẻ khác có thể khi cuống, chúng ta ở đây sẽ không khi cuống",...

32. "Những kẻ khác có thể ngoan cố, chúng ta ở đây không thể ngoan cố",... (như trên)... cấp tháo... mạn...

33. "Những kẻ khác có thể quá mạn, chúng ta ở đây sẽ không quá mạn",...

34. "Những kẻ khác có thể khó nói (nan

thuyết), chúng ta ở đây sẽ dễ nói",...

35. *"Những kẻ khác có thể là ác hữu, chúng ta ở đây sẽ là thiện hữu*

36. *"Những kẻ khác có thể phóng dật, chúng ta ở đây sẽ không phóng dật",... (như trên)...*

37. *"Những kẻ khác có thể là bất tín, chúng ta ở đây sẽ có tín tâm",...*

38. *"Những kẻ khác có thể không xấu hổ, chúng ta ở đây sẽ có xấu hổ",...*

39. *"Những kẻ khác có thể không sợ hãi, chúng ta ở đây sẽ có sợ hãi",...*

40. *"Những kẻ khác có thể nghe ít, chúng ta ở đây sẽ nghe nhiều"...*

41. *"Những kẻ khác có thể biếng nhác, chúng ta ở đây sẽ siêng năng...*

42. *"Những kẻ khác có thể thất niệm, chúng ta ở đây sẽ an trú niệm*

43. *"Những kẻ khác có thể liệt tuệ, chúng ta ở đây thành tựu tuệ*

44. *"Những kẻ khác có thể nhiễm thế tục, co hấp tư kiến, tánh khó hành xả, chúng ta ở đây sẽ không nhiễm thế tục, không cố chấp tư kiến, tánh dễ hành xả" như vậy*

đoạn giảm được thực hiện.

Này Cunda, Ta nói rằng sự khởi tâm rất có lợi ích cho các thiện pháp, còn nói gì thân nghiệp, khẩu nghiệp phù hợp (với tâm ý).

Do vậy, này Cunda:

- *"Những kẻ khác có thể làm hại, chúng ta ở đây sẽ không làm hại", cần phải khởi tâm như vậy.*
- *"Những kẻ khác có thể sát sanh, chúng ta ở đây sẽ từ bỏ sát sanh", cần phải khởi tâm như vậy*
- *... (như trên)...*
- *"Những kẻ khác có thể nhiễm thế tục, co hấp tư kiến, tánh khó hành xả, chúng ta ở đây sẽ không nhiễm thế tục, không co hấp tư kiến, tánh dễ hành xả", cần phải phát tâm như vậy.*

Này Cunda, giống như một con đường không bằng phẳng, có một con đường bằng phẳng khác đối trị.

Này Cunda, giống như một bến nước không bằng phẳng, có một bến nước bằng phẳng khác đối trị.

Cũng vậy này Cunda:

– *Đối với con người làm hại, có sự không làm hại đối trị.*

– *Đối với con người sát sanh, có từ bỏ sát sanh đối trị.*

– *Đối với con người lấy của không cho, có từ bỏ lấy của không cho đối trị...,*

– *...không phạm hạnh, có phạm hạnh...;*

– *...nói láo, có từ bỏ nói láo...;*

– *...nói hai lưỡi, có từ bỏ nói hai lưỡi...;*

– *...nói ác khẩu, có từ bỏ nói ác khẩu;*

– *...nói phù phiếm, có từ bỏ nói phù phiếm...;*

– *... tham dục, có không tham dục...;*

– *... sân tâm, có không sân tâm...;*

– *... tà kiến, có chánh kiến...;*

– *... tà tư duy, có chánh tư duy...;*

– *... tà ngữ, có chánh ngữ...;*

– *... tà nghiệp, có chánh nghiệp...;*

– *... tà mạng, có chánh mạng...;*

– *... tà tinh tấn, có chánh tinh tấn...;*

- *... tà niệm, có chánh niệm...;*
- *... tà định, có chánh định...;*
- *... tà trí, có chánh trí...;*
- *... tà giải thoát, có chánh giải thoát...;*
- *... bị hôn trầm thụy miên chi phối, có không bị hôn trầm thụy miên chi phối...;*
- *... trạo hối, có không trạo hối...;*
- *... nghi hoặc, có trừ diệt nghi hoặc...;... phẫn nộ, có không phẫn nộ...;*
- *... oán hận, có không oán hận...;*
- *... hư ngụy, có không hư ngụy...;*
- *... não hại, có không não hại...;*
- *... tật đố, có không tật đố...;*
- *... xan tham, có không xan tham...;*
- *... man trá, có không man trá...;*
- *... khi cuống, có không khi cuống...;*
- *... ngoan cố, có không ngoan cố... cấp tháo... mạn;*
- *... quá mạn có không quá mạn...;*
- *... khó thuyết, có không khó thuyết...;*
- *... ác hữu, có thiện hữu...;*

- *... phóng dật, có không phóng dật...;*
- *... bất tín, có tín tâm...;*
- *... không xấu hổ, có xấu hổ...;*
- *... không sợ hãi, có sợ hãi...;*
- *... nghe ít, có nghe nhiều...;*
- *... biếng nhác, có siêng năng...;*
- *... thất niệm, có an trú niệm...;*
- *... liệt tuệ, có thành tựu tuệ...;*
- *đối với con người nhiễm thế tục, co hấp tư kiến, tánh khó hành xả, có không nhiễm thế tục, không co hấp tư kiến, tánh dễ hành xả đối trị.*

Này Cunda, ví như các bất thiện pháp, tất cả đều hướng hạ, còn các thiện pháp, tất cả đều hướng thượng.

Cũng vậy, này Cunda:

- *con người không làm hại, hướng thượng đối với người làm hại,*
- *con người từ bỏ sát sanh, hướng thượng đối với người sát sanh,*
- *con người từ bỏ lấy của không cho, hướng thượng đối với người lấy của không cho*

– *... (như trên)...*

– *con người không nhiễm thế tục, không co hấp tư kiến, tánh dễ hành xả, hướng thượng đối với người nhiễm thế tục, co hấp tư kiến, tánh khó hành xả.*

Này Cunda, con người tự mình bị rơi vào bùn lầy có thể kéo lên một người bị rơi vào bùn lầy, sự tình ấy không thể xảy ra.

Này Cunda, con người tự mình không rơi vào bùn lầy, có thể kéo lên một người bị rơi vào bun lầy, sự tình ấy có thể xảy ra.

Này Cunda, con người tự mình không được nhiếp phục, không được huấn luyện, không được hoàn toàn giải thoát, tự mình có thể nhiếp phục, huấn luyện và hoàn toàn giải thoát người khác, sự tình ấy không xảy ra.

Một người được nhiếp phục, được huấn luyện, được hoàn toàn giải thoát, tự mình có thể nhiếp phục, huấn luyện, hoàn toàn giải thoát người khác, sự tình ấy xảy ra.

Cũng vậy, này Cunda:

– *đối với người làm hại, không làm hại đưa*

đến hoàn toàn giải thoát;

- *đối với con người sát sanh, từ bỏ sát sanh đưa đến hoàn toàn giải thoát;*
- *đối với con người lấy của không cho, từ bỏ lấy của không cho đưa đến hoàn toàn giải thoát;*
- *đối với con người không phạm hạnh, sống phạm hạnh...;*
- *đối với con người nói láo, từ bỏ nói láo...;*
- *đối với con người nói hai lưỡi, từ bỏ nói hai lưỡi...;*
- *đối với con người ác khẩu, từ bỏ nói ác khẩu...;*
- *đối với con người nói phù phiếm, từ bỏ nói phù phiếm...;*
- *đối với con người có tham dục, không tham dục...;*
- *đối với con người có sân tâm, không sân tâm...;*
- *đối với con người có tà kiến, chánh kiến...;*
- *đối với con người có tà tư duy, chánh tư duy...;*
- *đối với con người có tà ngữ, chánh ngữ...;*

- *đối với con người có tà nghiệp, chánh nghiệp...;*
- *đối với con người có tà mạng, chánh mạng...;*
- *đối với con người có tà tinh tấn, chánh tinh tấn...;*
- *đối với con người có tà niệm, chánh niệm...;*
- *đối với con người có tà định, chánh định...;*
- *đối với con người có tà trí, chánh trí...;*
- *đối với con người có tà giải thoát, chánh giải thoát...;*
- *đối với con người bị hôn trầm thụy miên chi phối, không bị hôn trầm thụy miên chi phối...;*
- *đối với con người trạo hối, không trạo hối...;*
- *đối với con người nghi hoặc, không nghi hoặc...;*
- *đối với con người phẫn nộ, không phẫn nộ...;*
- *đối với con người oán hận, không oán*

hận...;

– *đối với con người hư ngụy, không hư ngụy...;*

– *đối với con người não hại, không não hại...;*

– *đối với con người tật đố, không tật đố...;*

– *đối với con người xan tham, không xan tham...;*

– *đối với con người man trá, không man trá...;*

– *đối với con người khi cuống, không khi cuống...;*

– *đối với con người ngoan cố, không ngoan cố... cấp tháo... mạn...;*

– *đối với con người quá mạn, không quá mạn...;*

– *đối với con người khó nói, dễ nói...;*

– *đối với con người ác hữu, thiện hữu...;*

– *đối với con người phóng dật, không phóng dật...;*

– *đối với con người bất tín, tín tâm...;*

– *đối với con người không xấu hổ, có xấu hổ...;*

- *đối với con người không sợ hãi, có sợ hãi...;*
- *đối với con người nghe ít, nghe nhiều...;*
- *đối với con người biếng nhác, siêng năng...;*
- *đối với con người thất niệm, an trú niệm...;*
- *đối với con người liệt tuệ, thành tựu trí tuệ...;*
- *đối với con người nhiễm thế tục, co hấp tư kiến, tánh khó hành xả, không nhiễm thế tục, không co hấp tư kiến, tánh dễ hành xả, đưa đến hoàn toàn giải thoát.*

Này Cunda, như vậy Ta đã giảng PHÁP MÔN ĐOẠN GIẢM, đã giảng PHÁP MÔN KHỞI TÂM, đã giảng PHÁP MÔN ĐỐI TRỊ, đã giảng PHÁP MÔN HƯỚNG THƯỢNG, đã giảng PHÁP MÔN GIẢI THOÁT HOÀN TOÀN.

Này Cunda, những gì bậc Đạo Sư phải làm, vì hạnh phúc, vì lòng thương tưởng đệ tử, những việc ấy Ta đã làm, vì lòng thương tưởng cho các Người. Này Cunda, đây là những gốc cây, đây là những nhà không tịnh. Này Cunda, hãy Thiền định, chớ có phóng dật, chớ có hối tiếc về sau. Đó là lời giáo huấn của Ta cho các Người.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Tôn giả Mahacunda hoan hỷ, tín thọ lời dạy của Thế Tôn.

12 Niệm hơi thở vô hơi thở ra để cắt đứt tầm - Kinh CHÁNH GIÁC – Tăng IV, 64

CHÁNH GIÁC – *Tăng* IV, 64

1. - Như vầy tôi nghe:

Một thời, Thế Tôn trú ở Sàvathi, tại Jetavana, khu vườn ông Anàthapindika.

Tại đấy, Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo: "Này các Tỷ-kheo,"

- "Bạch Thế Tôn". Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn, Thế Tôn nói như sau:

2. - Này các Tỷ-kheo, nếu các du sĩ ngoại đạo hỏi như sau: *"Thưa chư Hiền, các pháp chánh giác phần lấy gì làm sở y để tu tập?".* Được hỏi vậy, này các Tỷ-kheo, các Thầy trả lời cho các du sĩ ngoại đạo như thế nào?

- Bạch Thế Tôn, đối với chúng con, các pháp lấy Thế Tôn làm căn bản, lấy Thế Tôn làm lãnh đạo, lấy Thế Tôn làm chỗ nương tựa. Thật lành thay, bạch Thế Tôn, Thế Tôn hãy nói lên ý nghĩa của lời nói này. Sau khi nghe Thế Tôn, các Tỷ-kheo sẽ thọ trì.

- Vậy này các Tỷ-kheo, hãy nghe và khéo tác ý, Ta sẽ giảng.

- Thưa vâng, bạch Thế Tôn.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau:

3. Này các Tỷ-kheo, nếu các du sĩ ngoại đạo hỏi như sau: *"Thưa chư Hiền,* ***các pháp chánh giác phần, lấy gì làm sở y để tu tập?****"* Được hỏi vậy, này các Tỷ-kheo, các Thầy cần phải trả lời cho các du sĩ ngoại đạo ấy như sau:

"Ở đây, thưa chư Hiền, Tỷ-kheo ***làm bạn với thiện***, thân hữu với thiện, giao thiệp với thiện. Này chư Hiền, đây là sở y thứ nhất để tu tập các pháp chánh giác phần".

4. Lại nữa, này chư Hiền, Tỷ-kheo ***có giới***, sống được bảo vệ với sự bảo vệ của giới bổn Pàtimokkha, đầy đủ uy nghi chánh hạnh, thấy sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và học tập trong các học pháp. Này chư Hiền, đây là sở y thứ hai để tu tập các pháp chánh giác phần.

5. Lại nữa, này chư Hiền, Tỷ-kheo ***có định***, câu chuyện này có khả năng đoạn giảm, hướng thượng

đưa đến tâm được rộng mở như *luận về ít dục, luận về biết đủ, luận về viễn ly, luận về không tụ hội, luận về tinh tấn tinh cần, luận về giới, luận về định, luận về tuệ, luận về giải thoát, luận về giải thoát tri kiến, những câu chuyện như vậy, có được không khó khăn, có được không mệt nhọc, có được không phí sức*. Này chư Hiền, đây là sở y thứ ba để tu tập các pháp chánh giác phần.

6. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sống ***tinh cần tinh tấn*** để đoạn tận các pháp bất thiện, để thành tựu các pháp thiện, nỗ lực, kiên trì, không từ bỏ gánh nặng trong các thiện pháp. Này chư Hiền, *đây là sở y thứ tư để tu tập các pháp chánh giác phần.*

7. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ***có trí tuệ***, thành tựu trí tuệ về sanh và diệt, với Thánh thể nhập (quyết trạch) đi đến con đường đoạn tận khổ đau. Này chư Hiền... đây là sở y thứ năm để tu tập các pháp chánh giác phần.

8. Này các Tỷ-kheo, với Tỷ-kheo *làm bạn với thiện, thân hữu với thiện, giao thiệp với thiện*, *thời được chờ đợi như sau: sẽ giữ giới,* sẽ sống được bảo vệ với sự bảo vệ của giới bổn Pàtimokkha, đầy đủ uy nghi chánh hạnh, thấy sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và học tập trong các học pháp.

Này các Tỷ-kheo, với Tỷ-kheo *làm bạn với thiện, thân hữu với thiện, giao thiệp với thiện*, *thời được chờ đợi như sau: Câu chuyện này có khả năng đoạn giảm, đưa đến tâm rộng mở, như luận về ít dục...* những câu chuyện như vậy, có được không khó khăn, có được không mệt nhọc, có được không phí sức.

Này các Tỷ-kheo, với Tỷ-kheo *làm bạn với thiện, thân hữu với thiện, giao thiệp với thiện, thời được chờ đợi như sau: sẽ sống tinh cần tinh tấn* để đoạn tận các pháp bất thiện... trong các thiện pháp.

Này các Tỷ-kheo, với Tỷ-kheo *làm bạn với thiện, thân hữu với thiện, giao thiệp với thiện, thời được chờ đợi như sau: sẽ có trí tuệ,* thành tựu trí tuệ về sanh và diệt, với Thánh thể nhập đi đến con đường chơn chánh đoạn tận khổ đau.

Và này các Tỷ-kheo, khi Tỷ-kheo ấy đã trú trong năm pháp này, bốn pháp nữa cần phải tu tập:

1. *Cần phải tu tập* ***tưởng bất tịnh để đoạn tận tham ái.***
2. *Cần phải tu tập* ***từ tâm để đoạn tận sân.***
3. *Cần phải tu tập* ***niệm hơi thở vô, hơi thở ra để cắt đứt tầm.***
4. *Cần phải tu tập* ***tưởng vô thường để phá hoại ngã mạn.***

→ *Này các Tỷ-kheo, <u>với Tỷ-kheo có tưởng vô thường, tưởng vô ngã được an trú.</u>*

→ *<u>Với Tỷ-kheo có tưởng vô ngã, ngã mạn bị phá hoại, ngay trong hiện tại, đạt được Niết-bàn.</u>*

13 Thuốc trị Hôn trầm - Kinh NGỦ NGỤC – Tăng III, 396

NGỦ NGỤC –*Tăng* III, 396

1. Như vầy tôi nghe:

Một thời Thế Tôn trú ở giữa dân chúng Bhagga, tại núi Sumsumàra, tại vườn Nai.

Lúc bấy giờ, Tôn giả Mahàmoggallàna đang ngồi ngủ gục, trong làng Kallavàlamutta, giữa dân chúng Magadha.

Thế Tôn với thiên nhãn thanh tịnh siêu nhân, thấy Tôn giả Mahàmoggallàna đang ngồi ngủ gục, trong làng Kallavàlamutta, giữa dân chúng Magadha. Thấy vậy, như nhà lực sĩ duỗi bàn tay đang co lại, hay co lại bàn tay đang duỗi ra; cũng vậy, Thế Tôn biến mất giữa dân chúng Bhagga, tại núi Sumsumàra, rừng Bhesakalà, ở vườn Nai, rồi hiện ra trước mặt Tôn giả Mahàmoggallàna, tại làng Kallavàlamutta, giữa dân chúng Magadha. Thế Tôn ngồi xuống trên chỗ đã soạn sẵn; sau khi ngồi, Thế Tôn nói với Tôn giả Mahàmoggallàna.

- Này Moggallàna, có phải Thầy ngủ gục? Này Moggallàna, có phải Thầy ngủ gục?

- Thưa phải, bạch Thế Tôn.

2. - Do vậy, này Moggallàna, khi nào Thầy trú có tưởng và thụy miên xâm nhập Thầy, *chớ có tác ý đến nó, chớ có tưởng nhiều đến nó.* Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

3. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna, với tâm của Thầy, *hãy tùy tầm, tùy tứ, với ý hãy tùy quán pháp như đã được nghe, như đã được học thuộc lòng*. Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

4. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy đọc tụng pháp một cách rộng rãi, như đã được nghe, như đã được học thuộc lòng.* Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

5. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy kéo hai lỗ tai của Thầy, và lấy tay xoa bóp tay chân.* Sự

kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

6. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy từ chỗ ngồi, đứng dậy lấy nước chùi mắt, nhìn về phía chân trời và nhìn lên các sao lấp lánh.* Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

7. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy tác ý đến quang tưởng và an trú vào tưởng ban ngày. Như ban ngày, ban đêm cũng vậy. Như ban đêm, ban ngày cũng vậy. Như vậy, với tâm rộng mở, không có hạn chế*. Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

8. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy trú tâm trên chỗ kinh hành, với tưởng trước mặt và sau lưng, với căn hướng nội, với ý không hướng ngoại*. Sự kiện này có xảy ra, do Thầy trú như vậy, thụy miên ấy được đoạn diệt.

9. Nếu Thầy trú như vậy, và thụy miên ấy không được đoạn diệt, thời này Moggallàna Thầy *hãy nằm như dáng nằm con sư tử, về phía hông bên phải, hai*

chân gác lên nhau, chánh niệm tỉnh giác, tác ý với tưởng thức dậy. Và khi thức dậy, này Moggallàna, Thầy hãy thức dậy thật mau, nghĩ rằng: "Ta sẽ trú, không có chú tâm đến lạc nằm ngủ, lạc nằm xuống một bên, lạc thụy miên". Như vậy, này Moggallàna, Thầy cần phải học tập.

10. Do vậy, này Moggallàna, hãy học tập như sau: *"Không say sưa trong cao mạn, ta sẽ đi đến thăm các gia đình".* Này Moggallàna, như vậy các Thầy sẽ học tập.

- Này Moggallàna, nếu Tỷ-kheo say sưa trong cao mạn đi đến thăm các gia đình. Trong các gia đình, này Moggallàna, người ta có nhiều công việc phải làm. Do vậy, người ta không có tác ý đến Tỷ-kheo đã đi đến. Ở đây, Tỷ-kheo ấy có thể suy nghĩ: "Nay, ai đã chia rẽ ta với gia đình này. Các người này không ưa thích gì ta".
- Như vậy, do không được gì, vị ấy nản chí, vị ấy giao động. Do giao động, vị ấy không phòng hộ, do không phòng hộ, tâm rời xa Thiền định.

❖ Do vậy, này Moggallàna, hãy học tập như sau: *"Ta sẽ không nói lời khiêu khích"*. Như vậy, này Moggallàna, Thầy cần phải học tập.

- Khi nào có lời khiêu khích, này Moggallàna, thời chờ đợi là nhiều lời qua tiếng lại.
- Khi nào có nhiều lời qua tiếng lại, thời có dao động.
- Với người có dao động, thời không có phòng hộ.
- Với người không có phòng hộ, tâm rời xa Thiền định.

❖ Này Moggallàna, Ta không tán thán tất cả sự liên hệ, nhưng không phải Ta không tán thán tất cả sự liên hệ. Thật vậy, này Moggallàna, *Ta không tán thán các vị xuất gia có sự liên hệ với các gia chủ.*

❖ Nhưng với các trú xứ ít tiếng ồn, ít tiếng động, thoát khỏi hơi thở của nhiều người, những chỗ ở cô độc xa vắng loài Người, thích hợp cho đời sống Thiền tịnh, *Ta tán thán sự liên hệ với những trú xứ như vậy.*

11. Được nghe nói như vậy, Tôn giả Mahàmoggallàna bạch Thế Tôn:

- Bạch Thế Tôn, cho đến như thế nào, tóm tắt lại, một Tỷ-kheo được giải thoát nhờ sự đoạn diệt khát ái, đạt đến cứu cánh mục đích, đạt đến cứu cánh an ổn khỏi ách nạn, đạt đến cứu cánh Phạm hạnh, đạt đến cứu

cánh của cứu cánh, trở thành tối thượng giữa chư Thiên và loài Người?

- Này Moggallàna, ở đây, Tỷ-kheo được nghe như sau: **"Không nên thiên chấp tất cả pháp"**. Này Moggallàna, vị Tỷ-kheo được nghe như sau: "Không nên thiên chấp tất cả pháp". Vị ấy thắng tri tất cả pháp; do thắng tri tất cả pháp, vị ấy liễu tri tất cả pháp.

- → *Do liễu tri tất cả pháp, phàm có cảm thọ gì được cảm giác, lạc, khổ hay không khổ, không lạc, vị ấy trú tùy quán vô thường đối với các cảm thọ ấy. Vị ấy trú tùy quán ly tham. Vị ấy trú tùy quán đoạn diệt. Vị ấy trú tùy quán từ bỏ.*
- → *Do vị ấy trú tùy quán vô thường trong các cảm thọ, do vị ấy trú tùy quán ly tham, do vị ấy tùy quán đoạn diệt, do vị ấy trú tùy quán từ bỏ, nên không chấp thủ một cái gì ở đời.*
- → *Do không chấp thủ nên không lo âu.*
- → *Do không tham đắm nên tự mình nhập Niết-bàn. Vị ấy biết rõ: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm, không còn trở lui trong trạng thái này nữa".*

Này Moggallàna, cho đến như vậy, tóm tắt lại, một Tỷ-kheo được giải thoát nhờ sự đoạn diệt khát ái, đạt đến mục đích cứu cánh, đạt đến cứu cánh an ổn khỏi

các ách nạn, đạt đến cứu cánh Phạm hạnh, đạt đến cứu cánh của cứu cánh, trở thành tối thượng giữa chư Thiên và loài Người.

❖ **Này các Tỷ-kheo, chớ có sợ hãi các công đức.**

Này các Tỷ-kheo, *đồng nghĩa với an lạc chính là các công đức.* Ta thắng tri rằng, này các Tỷ-kheo, các công đức được làm lâu ngày có quả dị thục, có sự hình thành khả ái, khả hỷ, khả ý lâu ngày. Trong bảy năm Ta tu tập từ tâm, sau khi tu tập từ tâm bảy năm, trong bảy thành kiếp hoại kiếp, Ta không trở lui lại thế giới này.

- Khi thế giới ở trong thành kiếp, này các Tỷ-kheo, Ta đi đến thế giới Quang Âm Thiên.
- Khi thế giới ở trong kiếp hoại, Ta sanh ra trong Phạm cung trống không. Ở đấy, này các Tỷ-kheo, Ta là Phạm thiên, là Đại phạm thiên, vị Chiến thắng, vị Vô năng thắng, vị Biến tri, vị Tự tại.
- Ba mươi sáu lần, này các Tỷ-kheo, Ta là Thiên chủ Sakka.
- Nhiều lần bảy lần, Ta là vị Chuyển luân vương theo Chánh pháp, là vị Pháp vương, bậc Chiến thắng bốn phương, đạt được sự thanh bình cho quốc độ, đầy đủ bảy món báu. Này các Tỷ-

kheo, Ta có bảy loại châu báu này, như là xe báu, voi báu, ngựa báu, châu báu, nữ báu, gia chủ báu và cư sĩ báu là thứ bảy. Ta có hơn một ngàn người con trai, này các Tỷ-kheo, là những bậc anh hùng, dõng mãnh, đánh tan địch quân. Và khi ta chiến thắng quả đất này, xa cho đến bờ biển, Ta trị vì quả đất này không dùng trượng, không dùng đao, đúng với Chánh pháp.

Hãy xem quả dị thục,
Của các việc công đức,
Của các việc hiền thiện,
Với kẻ tìm an lạc.
Này Tỷ-kheo, Ta tu,
Từ tâm trong bảy năm,
Trong bảy thành hoại kiếp,
Không trở lại thành kiếp,
Ta đạt Quang Âm thiên,
Khi thế giới hoại kiếp
Sanh Phạm cung trống rỗng.
Bảy lần, Ta đóng vai,
Đại Phạm thiên, Tự tại,
Trong ba mươi sáu lần,
Làm Thiên chủ Thiên giới.
Ta làm vua Chuyển luân,
Chủ tể cõi Diêm-phù.
Bậc Sát-ly quán đảnh,

Bậc chủ tể loài Người,
Ta chiến thắng đất này,
Không với trượng, với kiếm,
Không bạo lực, đúng pháp,
Đối mọi người bình đẳng,
Ta trị vì đúng pháp,
Trên cõi đất tròn này.
Ta khiến các gia đình,
Giàu lớn, tài sản lớn,
Họ hưởng mọi dục lạc,
Ta đầy đủ bảy báu,
Chư Phật thương tưởng đời,
Khéo dạy điều như vậy.
Đấy là nhân đại sự,
Được gọi là Địa vương.
Ta là vua, huy hoàng,
Bảo vệ nhiều tài sản,
Có thần lực, danh xưng,
Vương chủ rừng Diêm-phù,
Ai nghe, không tịnh tín?
Trừ các loại ác sanh,
Do vậy muốn lợi ích,
Cầu vọng sự lớn mạnh,
Hãy kính trọng diệu pháp,
Hãy nhớ lời Phật dạy.

14 Thuốc trị Lợi dưỡng cung kính - Kinh HÀNG MA – 50 Trung I, 727

KINH HÀNG MA

(Maratajjaniya suttam)

– Bài kinh số 50 – *Trung* I, 727

Như vầy tôi nghe.

Một thời Tôn giả Mahamoggallana trú giữa dân chúng Bhagga, tại Sumsumaragira, rừng Bhessakalavana, vườn Lộc Uyển. Lúc bấy giờ, Tôn giả Mahamoggallana đang đi kinh hành ngoài trời. Khi ấy Ác ma đi vào bụng Tôn giả Mahamoggallana, ở trong bao tử. Rồi Tôn giả Mahamoggallana nghĩ như sau: *"Nay sao bụng của Ta lại nặng nặng như có gì chồng chất quá đầy?"* Rồi Tôn giả Mahamoggallana từ chỗ kinh hành bước xuống, đi vào tự viện, và ngồi trên chỗ đã soạn sẵn. Sau khi ngồi, Tôn giả Mahamoggallana tự chánh niệm. Tôn giả Mahamoggallana thấy Ác ma, sau khi đi vào trong bụng, đang ở trong bao tử. Thấy vậy, Tôn giả liền nói với Ác ma:

– Hãy đi ra, Ác ma! Hãy đi ra, Ác ma! Chớ có

phiền nhiễu Như Lai và đệ tử Như Lai. Chớ có khiến cho Ngươi bị bất hạnh, đau khổ lâu dài!

Rồi Ác ma suy nghĩ: "Vị Sa-môn này không biết ta, không thấy ta, lại nói như sau: "Hãy đi ra, Ác ma! Hãy đi ra Ác ma! Chớ có phiền nhiễu Như Lai, và đệ tử Như Lai. Chớ có khiến cho Ngươi bị bất hạnh, đau khổ lâu dài". Chính vị Bổn sư cũng chưa biết ta mau như vậy, làm sao vị đệ tử này có thể biết ta được?"

Rồi Tôn giả Mahamoggallana lại nói với Ác ma như sau:

– Này Ác ma, ta biết Ngươi. Đừng có nghĩ rằng: "Vị ấy không biết ta". Ngươi là Ác ma. Này Ác ma, Ngươi nghĩ như sau: *"Vị Sa-môn này không biết ta, không thấy ta, lại nói như sau: "Hãy đi ra, Ác ma! hãy đi ra Ác ma! Chớ có phiền nhiễu Như Lai và đệ tử Như Lai. Chớ có khiến cho Ngươi bị bất hạnh, đau khổ lâu dài!" Chính vị Bổn sư cũng không biết ta mau như vậy, làm sao vị đệ tử này có thể biết ta được?"*

Rồi Ác ma suy nghĩ như sau: "Vị Sa-môn này biết ta, thấy ta và nói như sau: "Hãy đi ra, Ác ma! Hãy đi ra, Ác ma! Chớ có phiền nhiễu Như Lai và đệ tử Như Lai. Chớ có khiến cho Ngươi bị bất hạnh, đau khổ lâu dài"". Rồi Ác ma từ miệng Tôn giả

Mahamoggallana bước ra, và đứng dựa nơi cửa (miệng?). Tôn giả Mahamoggallana thấy Ác ma đứng dựa nơi cửa thấy vậy, bèn nói Ác ma:

– Ác ma, ở đây, ta cũng thấy Ngươi. Ngươi chớ có nghĩ rằng: "Vị ấy không thấy ta". Này Ác ma, nay Ngươi đang đứng dựa nơi cửa (miệng?).

Này Ác ma, thuở xưa, ta là Ác ma tên là Dusi, và chị ta tên là Kali. Ngươi con trai chị ta. Như vậy Ngươi là cháu ta.

Này Ác ma, lúc bấy giờ, **Thế Tôn Kakusandha**, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác ra đời. Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán Chánh Đẳng Giác có hai vị đệ tử tên là Vidhura, và Sanjiva, hai bậc tối thượng, hai bậc Hiền giả.

Này Ác ma, đối với các vị đệ tử của Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác không một ai ở đây có thể bằng Tôn giả Vidhura về thuyết pháp. Này Ác ma, vì lý do này, Tôn giả Vidhura được gọi là Vidhura (Vô song).

Còn Tôn giả Sanjiva là vị đi rừng, đi gốc cây, đi các chỗ không người và chứng Diệt thọ tưởng định không khó khăn gì. Này Ác ma, thuở xưa, Tôn giả Sanjiva đang ngồi nhập Diệt thọ tưởng định dưới một

gốc cây. Này Ác ma, các người chăn bò, chăn thú, làm ruộng, các lữ hành thấy Tôn giả Sanjiva đang ngồi nhập Diệt thọ tưởng định dưới một gốc cây, thấy vậy liền nói với nhau như sau: *"Thật vị diệu thay, này các Tôn giả! Thật hy hữu thay, này các Tôn giả! Vị Sa-môn này chết mà vẫn ngồi. Chúng ta hãy hỏa táng ngài!"* Rồi này Ác ma, các người chăn bò, chăn thú, làm ruộng, các lữ hành liền thâu lượm cỏ, củi và phân bò chồng lên thân Tôn giả Sanjiva, đốt lửa và bỏ đi. Này Ác ma, Tôn giả Sanjiva, sau khi đếm ấy đã tàn, liền xuất định, phủi áo, vào buổi sáng đắp y, cầm y bát vào làng khất thực. Này Ác ma, các người chăn bò, chăn thú, làm ruộng, các lữ hành thấy Tôn giả Sanjiva đang đi khất thực, thấy vậy liền nghĩ: *"Thật vi diệu thay, này các Tôn giả! Thật hy hữu thay, này các Tôn giả! Vị Sa-môn này chết mà vẫn ngồi, nay được sống lại"*. Này Ác ma, vì lý do này, Tôn giả Sanjiva được xưng danh là Sanjiva, Sanjiva.

Này Ác ma, rồi Ác ma Dusi nghĩ như sau: "Ta không biết chỗ đến và chỗ đi của các vị Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện pháp này. Vậy nay ta hãy nhập vào hàng Bà-la-môn gia chủ và nói như sau: "Hãy đến phỉ báng, mạ lỵ, thống trách và nhiễu hại các vị Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. Do bị phỉ báng, mạ lỵ, thống trách và nhiễu hại bởi các Người, các vị ấy có thể đổi tâm và như vậy, Ác ma Dusi mới có dịp

để chi phối họ."

Rồi này Ác ma, Ác ma Dusi nhập vào hàng Bà-la-môn gia chủ và phỉ báng, mạ lỵ, thống trách và nhiễu hại các vị Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh như sau: *"Những kẻ trọc đầu, Sa-môn giả hiệu, tiện nô, hắc nô, sanh tự gót chân này. Họ nói: "Chúng tôi tu thiền, chúng tôi tu thiền" và với hai vai thụt xuống, với mặt cúi xuống, mê mê dại dại, tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền*. Ví như con cú đậu trên cành cây, khi đang rình chuột; tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền; cũng vậy, những kẻ trọc đầu, Sa-môn giả hiệu, tiện nô, hắc nô, sanh tự gót chân này. Chúng nói: "Chúng tôi tu thiền, chúng tôi tu thiền". Và với hai vai thụt xuống, với mặt cúi xuống, mê mê dại dại, tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền. Ví như con giả can trên bờ sông, khi đang rình cá; tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền; cũng vậy, những kẻ trọc đầu... (như trên)... dại thiền. Ví như con mèo ngồi bên đống rác, khi đang rình chuột; tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền; cũng vậy, những kẻ trọc đầu... (như trên)... dại thiền. Ví như con lừa, gánh nặng được đặt xuống, đang tu thiền, mê thiền, si thiền, dại thiền; cũng vậy, những kẻ trọc đầu, Sa-môn giả hiệu, tiện nô, hắc nô, sanh tự gót chân này. Chúng nói: "Chúng tôi tu thiền, chúng tôi tu thiền", và với hai vai thụt xuống, với mặt cúi xuống, mê mê dại dại, tu thiền, mê thiền, si thiền,

dại thiền". Này Ác ma lúc bấy giờ, phần lớn những người ấy sau khi thân hoại mạng chung phải sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục.

Rồi này Ác ma, Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác gọi các Tỷ-kheo:

"– Này các Tỷ-kheo, những Bà-la-môn gia chủ bị Ác ma Dusi nhập vào và nói: "Hãy đến phỉ báng, mạ lỵ, thống trách và nhiễu hại các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. Do bị phỉ báng, mạ lụy, thống trách và nhiễu hại bởi các Người, các vị ấy có thể đổi tâm, và như vậy Ác ma Dusi mới có dịp để chi phối họ".

Này các Tỷ-kheo, **hãy đến biến mãn một phương với tâm câu hữu với từ**, rồi an trú, cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế giới, trên, dưới, bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Với tâm **câu hữu với bi**... (như trên)... với **tâm câu hữu với hỷ**... (như trên)..., biến mãn một phương với **tâm câu hữu với xả**, rồi an trú; cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế giới, trên, dưới, bề ngang, hết

thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, an trú biến mãn với tâm câu hữu với xả, quảng đại, vô biên, không hận, không sân".

Rồi Ác ma, các Tỷ-kheo ấy được Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác khuyến khích như vậy, khuyến giáo như vậy, đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, đi đến các chỗ không vắng, biến mãn một phương với tâm câu hữu với từ rồi an trú; cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba; cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế giới, trên, dưới, bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Với tâm câu hữu với bi... (như trên)... với tâm câu hữu với hỷ... (như trên)...biến mãn một phương với tâm câu hữu với xả rồi an trú; cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy, cùng khắp thế giới, trên, dưới, bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, an trú biến mãn với tâm câu hữu với xả, quảng đại, vô biên, không hận, không sân.

Này Ác ma, rồi Mara Dusi suy nghĩ như sau: "Làm như vậy, ta không thể biết chỗ đến hay chỗ đi của các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. *Vậy ta hãy nhập vào các Bà-la-môn gia chủ và nói như sau:*

"Hãy đến tán thán, tôn trọng, đảnh lễ cúng dường các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh này. Do được tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng dường, các vị ấy có thể đổi tâm và như vậy, Ác ma Dusi mới có dịp để chi phối họ".

Rồi này Ác ma, Ác ma Dusi nhập vào các Bà-la-môn gia chủ và nói: "Hãy đến tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng dường các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. Những vị này được các Ngươi tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng dường có thể đổi tâm, và như vậy Ác ma Dusi mới có dịp để chi phối họ", Rồi này Ác ma, những Bà-la-môn gia chủ, bị Ác ma Dusi xâm nhập, tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng dường các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. Này Ác ma, sau một thời gian những vị này mạng chung và phần lớn sau khi thân hoại mạng chung được sanh lên thiện thú, Thiên giới và đời này.

Rồi này Ác ma, Thế Tôn Kakusamdha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác gọi các Tỷ-kheo:

"– Này các Tỷ-kheo, các Bà-la-môn gia chủ bị Ác ma Dusi xâm nhập và nói như sau: "Các Người hãy đến tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng dường các Tỷ-kheo có giới hạnh và thiện tánh. Những vị này được các Người tán thán, tôn trọng, đảnh lễ, cúng

dường có thể đổi tâm và như vậy Ác ma Dusi mới có dịp để chi phối họ". **Này các Tỷ-kheo, các Người hãy sống quán bất tịnh trên thân, (quán) tưởng nhàm chán đối với các món ăn, (quán) tưởng bất khả lạc đối với tất cả thế gian, quán tánh vô thường đối với tất cả hành".**

Và này Ác ma, những Tỷ-kheo ấy được Thế Tôn Kakusandha khuyến khích như vậy, khuyến giáo như vậy, đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, đi đến các chỗ trống vắng, sống quán (tánh) bất tịnh trên thân, (quán) tưởng nhàm chán đối với các món ăn, (quán) tưởng bất khả lạc đối với tất cả thế gian, quán tánh vô thường đối với tất cả hành.

Rồi này Ác ma, Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, buổi sáng đắp y, mang y bát, với Tôn giả Vidhura là thị giả, đi vào làng để khất thực. Rồi này Ác ma, Ác ma Dusi *nhập vào một đứa trẻ, cầm một hòn đá, đánh trên đầu Tôn giả Vidhura khiến bể đầu*. Rồi này Ác ma, Tôn giả Vidhura với đầu bị bể và với máu chảy, vẫn đi sau lưng Thế Tôn Kakusandha, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác. Rồi này Ác ma, Thế Tôn Kakusandha bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác **nhìn xung quanh với cái nhìn con voi chúa** *và suy nghĩ như sau: "Thật vậy, Ác ma Dusi không biết sự vừa phải"*.

Này Ác ma, **khi Thế Tôn nhìn xung quanh, thì Ác ma Dusi liền từ chỗ ấy từ trần và sinh vào cõi địa ngục**. Này Ác ma, địa ngục ấy được ba tên gọi: Sáu xúc xứ địa ngục, Thiết qua địa ngục, Biệt thọ khổ địa ngục. Rồi các người giữ địa ngục đến ta và nói như sau: *"Này Tôn giả, khi cọc sắt sẽ gặp cọc sắt trong tim của Ngươi, Ngươi mới hiểu như sau: "Ta sẽ bị trụng nước sôi một ngàn năm ở địa ngục."* **Và ta, này Ác ma, ta bị trụng nước sôi, trải nhiều năm, nhiều trăm năm, nhiều ngàn năm trong địa ngục. Trải qua một vạn năm trong đại địa ngục ấy, ta bị nấu sôi và cảm thọ cảm giác gọi là Vutthanima.** Do vậy, này Ác ma, thân của ta-là như vậy, thân như con người, và đầu ta là như vậy, đầu như con cá.

Địa ngục ấy thế nào
Dusi bị nấu sôi
Vì đánh Vidhura,
Đệ tử Kakusandha.
Có trăm loại cọc sắt,
Tự cảm thọ riêng biệt
Địa ngục là như vậy,
Dusi bị nấu sôi.
Vì đánh Vidhura,
Đệ tử Kakusandha
Tỷ-kheo đệ tử Phật,

Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ,

Dựng lên giữa biển cả,
Cung điện trải nhiều kiếp,
Bằng ngọc chói lưu ly,
Huy hoàng cùng chiếu diệu.
Tiên nữ múa tại đây,
Trang sức màu dị biệt.
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ Thọ.

Ai Thế Tôn khuyến khích,
Được chư Tăng chứng kiến,
Với ngón chân rung chuyển,
Lâu đài Vijayanta!
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ.

Với ngón chân rung chuyển
Lâu đài Vijayanta?
Đầy đủ thần thông lực,

Chư thiên cũng hoảng sợ.
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ.

Ai hỏi vị Sakka,
Tại lầu Vijayanta,
Hiền giả, Người có biết,
Chứng ái tận giải thoát?
Sakka đã chân thành,
Trả lời câu được hỏi.
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ.

Ai từng hỏi Phạm thiên,
Tại hội chúng Thiện pháp,
Hiền giả nay vẫn chấp,
Các tà kiến thuở xưa,
Có thấy cảnh huy hoàng,
Phạm thiên cảnh Thiên giới?
Brahmà đã chân thành,
Tiếp tục đáp câu hỏi:
Tôn giả, tôi không chấp,
Các tà kiến thuở xưa!

Tôi thấy sự huy hoàng,
Phạm thiên cảnh Thiên ơi!
Sao nay tôi nói được,
Tôi thường hằng thường tại?
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ!

Ai với sự giải thoát,
Cảm xúc Cao sơ đảnh,
Rừng Đông Videha,
Và người nằm trên đất,
Tỷ-kheo đệ tử Phật,
Hiểu biết rõ như vậy.
Vì Ngươi đánh Tỷ-kheo,
Kanha chịu khổ thọ.

Thật sự lửa không nghĩ:
"Ta đốt cháy kẻ ngu",
Kẻ ngu đột kích lửa,
Tự mình bị thiêu cháy.
Cũng vậy, này Ác ma,
Ngươi đột kích Như Lai.
Tự mình đốt cháy mình
Như kẻ ngu chạm lửa,
Ác ma tạo ác nghiệp,

Do nhiễu hại Như Lai,
Ngươi nghĩ chăng, Ác ma,
"Ác quả không đến ta".
Điều ác Ác ma làm,
Chất chứa đã lâu rồi,
Ác ma, hãy tránh Phật,
Chớ vọng tưởng Tỷ-kheo!

Tỷ-kheo chống Ác ma,
Tại rừng Bhesakala,
Vị Dạ xoa, thất vọng,
Biến mất tại chỗ ấy.

15 Thuốc trị Sân - Kinh TRỪ KHỬ HIỀM HẬN 1 – Tăng II, 613

TRỪ KHỬ HIỀM HẬN 1 – *Tăng* II, 613

1. - Có năm trừ khử hiềm hận này, này các Tỷ-kheo, ở đây, vị Tỷ-kheo có hiềm hận khởi lên cần phải được trừ khử một cách hoàn toàn. Thế nào là năm?

2. Trong người nào, này các Tỷ-kheo, hiềm hận được sanh, trong người ấy, **từ** cần phải tu tập. Như vậy trong người ấy, hiềm hận cần phải trừ khử.

3. Trong người nào, hiềm hận được sanh, trong người ấy, **bi** cần phải tu tập. Như vậy trong người ấy, hiềm hận cần phải trừ khử.

4. Trong người nào, hiềm hận được sanh, trong người ấy **xả** cần phải tu tập. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

5. Trong người nào, này các Tỷ-kheo, hiềm hận được sanh, trong người ấy, **vô niệm, vô tác ý** cần được thực hiện. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

6. Trong người nào, này các Tỷ-kheo, hiềm hận được sanh, trong người ấy, sự kiện **nghiệp** do mình tạo cần

phải an lập là: *"Tôn giả là chủ của nghiệp, là thừa tự của nghiệp, là khởi nguyên của nghiệp, là bà con của nghiệp, là chỗ nương tựa của nghiệp. Phàm nghiệp thiện hay ác được làm Tôn giả sẽ là người thừa tự nghiệp ấy"*. Như vậy, trong người ấy, hiềm hận cần phải được trừ khử.

Này các Tỷ-kheo, có năm trừ khử hiềm hận này, ở đây, hiềm hận khởi lên cho Tỷ-kheo cần phải trừ khử một cách hoàn toàn.

TRỪ KHỬ HIỀM HẬN 2 – *Tăng* II, 614

1. Ở đây, Tôn giả Sàriputta gọi các Tỷ-kheo:

- Này các Hiền giả Tỷ-kheo.

- Thưa Hiền giả.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Tôn giả Sàriputta. Tôn giả Sàriputta nói như sau:

2. - **Này các Hiền giả, có năm trừ khử hiềm hận này, ở đây, hiềm hận khởi lên cho Tỷ-kheo cần phải được trừ khử một cách hoàn toàn.** Thế nào là năm?

3. Ở đây, này các Hiền giả, có người thân hành không thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh, trong người như vậy, này các Hiền giả, hiềm hận cần phải trừ khử.

4. Ở đây, này các Hiền giả, có người khẩu hành không thanh tịnh, thân hành thanh tịnh, trong người như vậy, này các Hiền giả, hiềm hận cần phải trừ khử.

5. Ở đây, này các Hiền giả, có người thân hành không thanh tịnh, khẩu hành không thanh tịnh, nhưng thỉnh thoảng tâm được mở rộng, tâm được tịnh tín, trong người như vậy, này các Hiền giả, hiềm hận cần phải trừ khử.

6. Ở đây, này các Hiền giả, có người thân hành không thanh tịnh, khẩu hành không thanh tịnh, và thỉnh thoảng không được tâm rộng mở, không được tâm tịnh tín, trong người như vậy, này các Hiền giả, hiềm hận cần phải trừ khử.

7. Ở đây, này các Hiền giả, có người thân hành thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh, và thỉnh thoảng tâm được rộng mở, tâm được tịnh tín, trong người như vậy, này các Hiền giả, hiềm hận cần phải trừ khử.

8. Ở đây, này các Hiền giả, người này thân hành <u>không</u> thanh tịnh, khẩu hành <u>thanh</u> tịnh. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần được trừ khử?

9. *Ví như, này các Hiền giả, Tỷ-kheo mặc áo lượm từ đống rác, thấy một tấm vải (liệng ở đống rác) trên con đường xe đi, liền lấy chân trái chận lại, lấy chăn mặt kéo tấm vải cho rộng ra, đoạn nào là đoạn chánh, làm cho nó có thể sử dụng được rồi cầm lấy mang đi.*

Cũng vậy, này các Hiền giả, người này, với thân hành <u>không</u> thanh tịnh, với khẩu hành <u>thanh</u> tịnh; những cái gì thuộc về thân hành không thanh tịnh; lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; còn những gì thuộc khẩu hành thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

10. *Ở đây, này các Hiền giả, người này với khẩu hành <u>không</u> thanh tịnh, với thân hành <u>thanh</u> tịnh. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?*

11. *Ví như, này các Hiền giả, một hồ nước đầy bùn và cây lau. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước, khát nước. Người ấy ngụp lặn trong hồ nước ấy, lấy hai*

tay gạt ra ngoài bùn và lá cây, lấy bàn tay bụm nước lại, uống rồi ra đi.

Cũng vậy, này các Hiền giả, người này, với khẩu hành không thanh tịnh, với thân hành thanh tịnh; những cái gì thuộc về khẩu hành không thanh tịnh; lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; còn những gì thuộc thân hành thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

12. *Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh, thỉnh thoảng tâm được rộng mở, tâm được tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?*

13. - *Ví như, này các Hiền giả, ít nước trong dấu chân của con bò. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước, khát nước. Người ấy suy nghĩ như sau: "Một ít nước này trong dấu chân con bò, nếu ta uống với núm tay hay với cái chén, ta sẽ làm nước ấy dao động và di động, khiến nước không thể uống được. Vậy ta hãy gieo mình xuống với cả bốn thân phần uống nước rồi ra* đi". Rồi người ấy gieo mình xuống với cả bốn thân phần, uống nước rồi ra đi.

Cũng vậy, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh, với tâm thỉnh thoảng được mở rộng và tịnh tín; những cái gì thuộc thân hành không thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; những cái gì thuộc khẩu hành không thanh tịnh, lúc bấy giờ vị ấy không nên tác ý; những cái gì thuộc tâm thỉnh thoảng được rộng mở và sáng suốt, lúc bấy giờ vị ấy nên tác ý. Như vậy trong người ấy hiền hận cần phải trừ khử.

14. *Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành không thanh tịnh, với khẩu hành không thanh tịnh và thỉnh thoảng tâm không được rộng mở và tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?*

15. - *Ví như, này các Hiền giả, có người đau bệnh, khổ đau, bị trọng bệnh, đang đi giữa đường, có làng xa trước mặt, có làng xa sau lưng, nó không có được các đồ ăn thích đáng, nó không có được các dược phẩm trị bệnh thích đáng, không có được sự giúp đỡ thích đáng, không có người hướng dẫn đưa đến tận cuối làng. Một người khác cũng đang đi trên đường thấy người ấy. Người này đối với người ấy* ***khởi lên lòng từ****, khởi lên lòng thương tưởng, khởi lên lòng từ mẫn: "Ôi, mong rằng người này được các đồ ăn thích đáng, được các dược phẩm trị bị thích đáng,*

được các sự giúp đỡ thích đáng, được người hướng dẫn đi đến cuối làng". Vì sao? Vì mong rằng người này ở đây không bị suy tổn, tử vong.

Cũng vậy, này các hiền giả, người này với thân hành <u>không</u> thanh tịnh, với khẩu hành <u>không</u> thanh tịnh, lại thỉnh thoảng tâm <u>không</u> được mở rộng và tịnh tín, người như vậy **cần phải khởi lên lòng từ**, cần phải khởi lên lòng thương tưởng, cần phải khởi lên lòng từ mẫn: "Ôi, mong rằng Tôn Giả này, sau khi đoạn tận thân ác hành cần phải tu tập thân thiện hành, sau khi đoạn tận khẩu ác hành cần phải tu tập khẩu thiện hành, sau khi đoạn tận ý ác hành cần phải tu tập ý thiện hành". Vì sao? Vì mong rằng Tôn giả ấy sau thân hoại mạng chung, không sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

16. *Ở đây, này các Hiền giả, người này với thân hành <u>thanh</u> tịnh, khẩu hành <u>thanh</u> tịnh, lại thỉnh thoảng tâm <u>được</u> rộng mở và tịnh tín. Như thế nào, trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử?*

17. *Ví như, này các Hiền giả, một hồ sen có nước trong, có nước ngọt, có nước mát, có nước trong sáng, có bờ hồ khéo sắp đặt đẹp đẽ và được nhiều loại cây che bóng. Rồi một người đi đến bị nóng nhiệt não, bị nóng bức bách, mệt mỏi, thèm uống nước,*

khát nước. Người ấy sau khi lặn xuống trong hồ sen ấy, sau khi tắm rửa, uống nước, nó ra khỏi hồ, liền qua ngồi hay nằm dưới bóng cây.

Cũng vậy, này các hiền giả, người này với thân hành thanh tịnh, với khẩu hành thanh tịnh, lại thỉnh thoảng tâm được cởi mở tịnh tín. Những gì thuộc thân hành thanh tịnh, lúc bấy giờ cần phải tác ý; những gì thuộc khẩu hành thanh tịnh, lúc bấy giờ cần phải tác ý và điều gì thỉnh thoảng tâm được rộng mở và tịnh tín, lúc bấy giờ cần phải được tác ý. Như vậy trong người ấy hiềm hận cần phải trừ khử.

Này các Hiền giả, có năm trừ khử hiềm hận này, ở đây Tỷ-kheo có hiềm hận khởi lên cần phải trừ khử một cách hoàn toàn.

16 Thuốc trị Tham - 11 pháp diệt tham ái - Kinh THAM ÁI 1 – Tăng IV, 709

THAM ÁI 1 – *Tăng* IV,709

1. Để thắng tri tham ái, này các Tỷ-kheo, mười một pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là mười một?

1. *Thiền thứ nhất.*
2. *Thiền thứ hai.*
3. *Thiền thứ ba.*
4. *Thiền thứ tư.*
5. *Từ tâm giải thoát.*
6. *Bi tâm giải thoát.*
7. *Hỷ tâm giải thoát.*
8. *Xả tâm giải thoát.*
9. *Không vô biên xứ.*
10. *Thức vô biên xứ.*
11. *Vô sở hữu xứ.*

Để thắng tri tham ái, này các Tỷ-kheo, mười một pháp cần phải tu tập.

THAM ÁI 2 – *Tăng* IV,710

1. Để thắng tri tham ái, này các Tỷ-kheo, để liễu tri, để liễu diệt, để đoạn tận, để hoại diệt, để hủy diệt, để ly tham, để đoạn diệt... để xả ly, để từ bỏ... mười một pháp cần phải tu tập.

2. Để thắng tri sân... si... phẫn nộ... hiềm hận.... gièm pha... não hại... tật đố... xan tham... man trá... lừa đảo.... cứng đầu.... hung hăng... mạn... quá mạn... say đắm... phóng dật... để liễu tri, để liễu diệt, để đoạn tận, để hoại diệt, để hủy diệt, để ly tham, để đoạn diệt, để xả ly, để từ bỏ... mười một pháp này cần phải tu tập.

Thế Tôn thuyết như vậy, các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

17 Thuốc trị Tham - 3 pháp - Kinh ĐỊNH – Tăng I, 547

ĐỊNH – *Tăng* I, 547

❖ Để thắng tri tham ái, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập. Thế nào là ba?

- **Không định,**
- **Vô tướng định,**
- **Vô nguyện định.**

Để thắng tri tham ái, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

Này các Tỷ-kheo, để biến tri, biến diệt, đoạn tận, diệt tận, trừ diệt, ly tham, đoạn diệt, trừ khử, từ bỏ tham, ba pháp này, này các Tỷ-kheo, cần phải tu tập.

Này các Tỷ-kheo, để biến tri, biến diệt, đoạn tận, diệt tận, trừ diệt, ly tham, đoạn diệt, trừ khử, từ bỏ sân ... từ bỏ si ... từ bỏ phẫn nộ ... từ bỏ hận ... từ bỏ giả dối ... từ bỏ não hại ... từ bỏ tật đố ... từ bỏ xan lẫn ... từ bỏ man trá ... từ bỏ phản bội ... từ bỏ ngoan cố ... từ bỏ bồng bột nông nổi ... từ bỏ mạn, từ bỏ tăng thượng mạn ... từ bỏ kiêu ... từ bỏ phóng dật, ba pháp này, này các Tỷ-kheo, cần phải tu tập.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các vị Tỷ kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

18 Thuốc trị Tham - 4 pháp - Kinh THAM – Tăng II, 301

THAM – *Tăng* II, 301

1. - Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, bốn pháp cần phải tu tập. Thế nào là bốn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sống tùy quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời; tùy quán thọ trên các cảm thọ … tùy quán tâm trên tâm … tùy quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời.

Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, bốn pháp cần phải tu tập.

2. - Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, bốn pháp cần phải tu tập. Thế nào là bốn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo đối với các pháp ác bất thiện chưa sanh, khởi lên ý muốn cố gắng tinh tấn, sách tâm, trì tâm không cho sanh khởi; đối với các pháp ác bất thiện đã sanh, khởi lên ý muốn cố gắng; tinh tấn, sách tâm, trì tâm khiến chúng đoạn tận; đối với các pháp thiện chưa sanh, khởi lên ý

muốn cố gắng; tinh tấn, sách tâm, trì tâm khiến cho sanh khởi; đối với các pháp thiện đã sanh, khởi lên ý muốn cố gắng; tinh tấn, sách tâm, trì tâm khiến chúng được duy trì, không có lu mờ, được tăng trưởng, được quảng đại, được tu tập, được thỏa mãn. Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bốn pháp này cần phải tu tập.

3. Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, bốn pháp cần phải tu tập. Thế nào là bốn?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập như ý túc, thành tựu với dục Thiền định tinh cần hành; tu tập như ý túc, thành tựu với tinh tấn Thiền định tinh cần hành; tu tập như ý túc, thành tựu với tâm Thiền định tinh cần hành; tu tập như ý túc, thành tựu với tư duy Thiền định tinh cần hành.

Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, bốn pháp cần phải tu tập.

4. Để liễu tri, này các Tỷ-kheo, để đoạn diệt, đoạn tận, trừ diệt, tiêu diệt, ly tham, đoạn diệt, từ bỏ, xả bỏ tham, bốn pháp này cần phải tu tập.

Để liễu tri, đoạn diệt, đoạn tận, trừ diệt, tiêu diệt, ly tham, đoạn diệt, từ bỏ, xả bỏ sân... si... phẫn nộ... hiềm hận... gièm pha... nhiệt não... tật đố... xan

tham... man trá... xảo trá... ngoan cố... bồng bột... mạn... say mê... phóng dật, bốn pháp này cần phải tu tập.

19 Thuốc trị Tham - 6 pháp - Kinh THAM 1 – Tăng III, 273

THAM 1 –*Tăng* III, 273

1. - Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là sáu?

- **Thấy** vô thượng,
- **Nghe** vô thượng,
- **Lợi đắc** vô thượng,
- **Học pháp** vô thượng,
- **Phục vụ** vô thượng,
- **Tùy niệm** vô thượng.

Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp cần phải tu tập.

THAM 2 –*Tăng* III, 273

1. - Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là sáu?

- Tùy niệm Phật,
- Tùy niệm Pháp,
- Tùy niệm Tăng,
- Tùy niệm Giới,
- Tùy niệm Thí,
- Tùy niệm Thiên.

Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp này cần phải tu tập.

THAM 3 –*Tăng* III, 273

1. - Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp cần phải tu tập.
2. Thế nào là sáu?

- Tưởng vô thường,
- Tưởng khổ trong vô thường,
- Tưởng vô ngã trong khổ,
- Tưởng đoạn tận,
- Tưởng ly tham,
- Tưởng đoạn diệt.

Để thắng tri tham, này các Tỷ-kheo, sáu pháp này cần phải tu tập.

THAM 4 – *Tăng* III, 274

1. - Này các Tỷ-kheo, để liễu tri tham... để đoạn diệt... để đoạn tận... để trừ diệt, để làm cho tàn tạ, để ly tham, để đoạn diệt, để trừ bỏ, để từ bỏ tham, sáu pháp cần phải tu tập. Thế nào là sáu?

(Xem 121 123)

2. Này các Tỷ-kheo, để thắng tri sân... si, phẫn nộ, hiềm hận, giả dối, não hại, tật đố, xan lẫn, lừa đảo, man trá, phản trắc, ngoan cố, bồng bột, nông nỗi, mạn, tăng thượng mạn, kiêu, phóng dật... để liễu tri, để đoạn diệt, để đoạn tận, để trừ diệt, để làm cho tàn tạ, để ly tham, để đoạn diệt, để trừ bỏ, để từ bỏ... sáu pháp này cần phải tu tập.

Thế Tôn thuyết như vậy, các Tỷ-kheo hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

20 Thuốc trị Tham - 7 pháp - Kinh THẮNG TRI THAM 1 – Tăng III, 486

THẮNG TRI THAM 1 –*Tăng* III, 486

1.- Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là bảy?

- Niệm giác chi,
- Trạch pháp giác chi,
- Tinh tấn giác chi,
- Hỷ giác chi,
- Khinh an giác chi,
- Định giác chi,
- Xả giác chi.

Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM 2 –*Tăng* III, 486

1.- Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là bảy?

- Tưởng vô thường,
- Tưởng vô ngã,
- Tưởng bất tịnh,
- Tưởng nguy hại,
- Tưởng đoạn tận,
- Tưởng ly tham,
- Tưởng đoạn diệt.

Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM 3 –*Tăng* III, 486

1.- Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là bảy?

- Tưởng bất tịnh,
- Tưởng chết,
- Tưởng yếm ly trên đồ ăn,
- Tưởng không hoan hỷ đối với tất cả thế giới,

- Tưởng vô thường,
- Tưởng khổ trên vô thường,
- Tưởng vô ngã trên khổ.

Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, bảy pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM 4 –*Tăng* III, 487

1. - Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham … để hoàn toàn diệt tận … để đoạn tận … để diệt tận … để hoại diệt … để ly tham … để đoạn diệt … để xả bỏ … để từ bỏ … để từ bỏ tham. Bảy pháp này cần phải tu tập.

2. Để thắng tri sân … si … phẫn nộ … hiềm hận … che đậy … não hại … tật đố … xan tham … man trá … lường gạt … ngoan cố … tháo động … mạn … tăng thượng mạn … kiêu, phóng dật … để liễu tri … để hoàn toàn diệt tận … để đoạn tận … để diệt tận … để hoại diệt … để ly tham … để đoạn diệt … để xả bỏ … để từ bỏ … để từ bỏ tham. Bảy pháp này cần phải tu tập.

Thế Tôn thuyết như vậy, các Tỷ-kheo hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn thuyết.

21 Thuốc trị Tham - 8 pháp - Kinh THẮNG TRI THAM ÁI 1 – Tăng IV, 60

THẮNG TRI THAM ÁI 1 – *Tăng* IV, 60

1. - Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp cần phải tu tập. Thế nào là tám?

2. Chánh tri kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.

Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM ÁI 2 – 60tc4

1. - Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp cần phải tu tập. Thế nào là tám?

2. Một vị quán tưởng nội sắc, thấy các ngoại sắc có hạn lượng, đẹp xấu. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ nhất.

3. Một vị quán tưởng nội sắc, thấy các loại ngoại sắc không có hạn lượng, đẹp xấu. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ hai.

4. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc có hạn lượng, đẹp xấu. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ ba.

5. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc vô lượng, đẹp xấu. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ tư.

6. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu xanh, sắc màu xanh, tướng sắc xanh, hình sắc xanh, ánh sáng xanh. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ năm.

7. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu vàng, tướng sắc vàng, hình sắc vàng, ánh sáng vàng. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ sáu.

8. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu đỏ, tướng sắc đỏ, hình sắc đỏ, ánh

sáng đỏ. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ bảy.

9. Một vị quán tưởng vô sắc ở nội tâm, thấy các loại ngoại sắc màu trắng, tướng sắc trắng, hình sắc trắng, ánh sáng trắng. Vị ấy nhận thức rằng: "Sau khi nhiếp thắng chúng, ta biết, ta thấy". Đó là thắng xứ thứ tám.

Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM ÁI 3 – 62tc4

1. - Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp này cần phải tu tập.

2. Thế nào là tám?

1. Tự mình có sắc, thấy các sắc.
2. Quán tưởng nội sắc là vô sắc, thấy các ngoại sắc.
3. Chú tâm trên suy tưởng (sắc là) tịnh.
4. Vượt khỏi hoàn toàn sắc tưởng, diệt trừ các tưởng hữu đối, không tác ý đến những khác biệt với suy tư hư không là vô biên, chứng và trú Không vô biên xứ.

5. Với suy tư "Thức là vô biên", chứng và trú Thức vô biên xứ.
6. Vượt khỏi hoàn toàn Thức vô biên xứ, với suy tư "không có vật gì", chứng và trú Vô sở hữu xứ.
7. Vượt khỏi hoàn toàn Vô sở hữu xứ, chứng và trú Phi tưởng phi phi tưởng xứ.
8. Vượt khỏi hoàn toàn Phi tưởng phi phi tưởng xứ, chứng và trú Diệt thọ tưởng.

Này các Tỷ-kheo, muốn thắng tri tham ái, tám pháp này cần phải tu tập.

THAM ÁI – 63tc4

- Muốn liễu tri tham ái... muốn tận diệt tham ái... muốn đoạn tận tham ái... muốn trừ diệt tham ái... muốn hủy diệt tham ái... muốn ly tham tham ái... muốn đoạn diệt tham ái... muốn trừ khử tham ái... muốn từ bỏ tham ái, tám pháp này cần phải tu tập.

CÁC PHÁP KHÁC – 63tc4

- Đối với sân... đối với si... đối với phẫn nỗ... đối với hiềm hận... đối với giả dối... đối với não hại... đối với

tật đố... đối với xan lẫn... đối với man trá... đối với phản bội... đối với ngoan cố.... đối với bồng bột nông nổi... đối với mạn... đối với tăng thượng mạn... đối với đắm say... Muốn thắng tri phóng dật... muốn liễu tri... muốn diệt tận... muốn đoạn tận... muốn trừ diệt... muốn hủy diệt... muốn ly tham... muốn đoạn diệt... muốn trừ khử... muốn xóa bỏ phóng dật, tám pháp này cần phải tu tập.

22 Thuốc trị Tham - 9 pháp - Kinh THẮNG TRI THAM 1 – Tăng IV, 234

THẮNG TRI THAM 1 – *Tăng* IV, 234

1. - Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, chín pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là chín?

1. *Tưởng bất tịnh,*
2. *Tưởng chết,*
3. *Tưởng yểm ly đối với các món ăn,*
4. *Tưởng không vui thích đối với tất cả thế giới,*
5. *Tưởng vô thường,*
6. *Tưởng khổ trên vô thường,*
7. *Tưởng vô ngã trên khổ,*
8. *Tưởng đoạn tận,*
9. *Tưởng ly tham.*

Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, chín pháp này cần phải tu tập.

THẮNG TRI THAM 2 – *Tăng* IV, 234

1. - Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, chín pháp cần phải tu tập.

2. Thế nào là chín?

1. *Sơ Thiền,*
2. *Thiền thứ hai,*
3. *Thiền thứ ba,*
4. *Thiền thứ tư,*
5. *Không vô biên xứ,*
6. *Thức vô biên xứ,*
7. *Vô sở hữu xứ,*
8. *Phi tương phi phi tưởng xứ,*
9. *Diệt thọ tưởng định.*

Này các Tỷ-kheo, để thắng tri tham, chín pháp này cần phải tu tập.

LIỄU TRI THAM – *Tăng* IV, 235

1. - Này các Tỷ-kheo, để liễu tri tham... để diệt tận... để đoạn tận... để trừ diệt... để ly tham... để đoạn diệt... để trừ khử... để từ bỏ, chín pháp này cần phải tu tập.

2. Để liễu tri sân... si, phẫn nộ, hiềm hận, giả dối, não hại, tật đố, xan tham, man trá, phản bội, ngoan cố, bồng bột, mạn, tăng thượng mạn, kiêu, phóng dật...

để thắng tri... để liễu tri... để diệt tận...để đoạn diệt... để trừ diệt... để ly tham... để đoạn diệt... để trừ khử... để từ bỏ, chín pháp này cần phải tu tập.

Thế Tôn thuyết như vậy, các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

23 Thuốc trị Tham sân si - 3 pháp - Kinh THAM – Tăng III, 264

THAM –*Tăng* III, 264

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Tham, sân, si.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận tham, **bất tịnh** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận sân, **từ tâm** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận si, **trí tuệ** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

24 Thuốc trị bá bệnh - Kinh PHẨM NIỆM XỨ – Tăng IV, 225

PHẨM NIỆM XỨ – *Tăng* IV, 225

HỌC TẬP – *Tăng* IV, 225

1. - Này các Tỷ-Kheo, có năm pháp làm suy yếu học tập này.

2. Thế nào là năm?

- Sát sanh,
- Lấy của không cho,
- Tà hạnh trong các dục,
- Nói láo,
- Đắm say rượu men, rượu nấu.

Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm pháp làm suy yếu học tập.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm pháp làm suy yếu học tập này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập. Thế nào là bốn?

4. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú tùy quán thân trên thân, nhiệt tâm tỉnh giác, chánh niệm, để nhiếp phục tham ưu ở đời. Vị ấy trú tùy quán thọ trên các cảm thọ.... trú tùy quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham ưu ở đời.

Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm pháp làm suy yếu học tập này, Bốn niệm xứ cần phải tu tập

TRIỀN CÁI – *Tăng* IV, 226

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm triền cái này.

2. Thế nào là năm?

- Dục tham triền cái,
- Sân triền cái,
- Hôn trầm thụy miên triền cái,
- Trạo hối triền cái,
- Nghi triền cái

Này các Tỷ-kheo, có năm triền cái này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm triền cái này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập. Thế nào là bốn?

4. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú quán thân trên thân... trú quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm triền cái, Bốn niệm xứ cần phải tu tập.

DỤC TRƯỞNG DƯỠNG – *Tăng* IV, 226

1.- Này các Tỷ-khao, có năm dục trưởng dưỡng này.

2. Thế nào là năm?

- Các sắc do mắt nhận thức, khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn.
- Các tiếng do tai nhận thức
- Các hương do mũi nhận thức...
- Các vị do lưỡi nhận thức...
- Các xúc do thân nhận thức, khả lạc... hấp dẫn.

Này các Tỷ-kheo, có năm dục trưởng dưỡng này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm dục trưởng dưỡng này, **Bốn niệm xứ** này phải tu tập.

THỦ UẨN – *Tăng* IV, 227

1. - Này các Tỷ-kheo có năm thủ uẩn này. Thế nào là năm?

2. Sắc thủ uẩn, thọ thủ uẩn, tưởng thủ uẩn, hành thủ uẩn, thức uẩn.

Này các Tỷ-kheo, có năm thủ uẩn này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm thủ uẩn này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập. Thế nào là bốn? .... Bốn niệm xứ cần phải tu tập.

NĂM HẠ PHẦN KIẾT SỬ – *Tăng* IV, 227

1. - Này các Tỷ-kheo có năm hạ phần kiết sử này. Thế nào là năm?

2. Thân kiến, nghi, giới cấm thủ, dục tham, sân.

Này các Tỷ-kheo, có năm hạ phần kiết sử này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm hạ phần kiết sử này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập. Thế nào là bốn? ...Bốn niệm xứ này cần phải tu tập.

SANH THÚ – *Tăng* IV, 228

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm sanh thú này. Thế nào là năm?

2. Địa ngục, loài bàng sanh, cõi ngạ quỷ, loài Người, chư Thiên. Này các Tỷ-kheo, có năm sanh thú này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm sanh thú này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập...

XAN THAM – *Tăng* IV, 228

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm xan tham này. Thế nào là năm?

2. Xan tham trú xứ, xan tham gia đình, xan tham lợi dưỡng, xan tham dung sắc, xan tham pháp.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm xan tham này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập... Bốn niệm xứ này cần phải tu tập.

NĂM THƯỢNG PHẦN KIẾT SỬ – *Tăng* IV, 229

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm thượng phần kiết sử này. Thế nào là năm?

2. Sắc ái, vô sắc ái, mạn, trạo cử, vô minh.

Này các Tỷ-kheo, có năm thượng phần kiết sử này.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm thượng phần kiết sử này, cần phải tu tập **Bốn niệm xứ**... Bốn niệm xứ này cần phải tu tập.

NĂM TÂM HOANG VU – *Tăng* IV, 229

1. - Có năm tâm hoang vu này. Thế nào là năm?

Này các Tỷ-kheo, ở đây vị Tỷ-kheo nghi ngờ, do dự, không quyết đoán, không có tịnh tín đối với bậc Đạo Sư. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nào nghi ngờ, do dự, không quyết đoán, không có tịnh tín đối với bậc Đạo Sư, Tỷ-kheo ấy không hướng về nỗ lực, hăng hái, kiên trì và tinh tấn. Khi tâm của vị ấy không hướng về nỗ lực, hăng hái, kiên trì và tinh tấn, như vậy gọi là tâm hoang vu thứ nhất.

2. Này các Tỷ-kheo, lại nữa, vị Tỷ-kheo nghi ngờ đối với Pháp.... (như trên...) đối với Tăng... (như trên..) đối với Học pháp... tức giận đối với các vị đồng Phạm hạnh, không hoan hỷ, tâm dao động, trở thành hoang vu. Này các Tỷ-kheo, khi một vị Tỷ-kheo phẫn nộ đối với vị đồng Phạm hạnh, không hoan hỷ,

tâm dao động, trở thành hoang vu, Tỷ-kheo ấy không hướng về nỗ lực, hăng hái, kiên trì và tinh thần. Như vậy gọi là tân hoang vu thứ năm.

3. Này các Tỷ-kheo, để đoạn tận năm tâm hoang vu này, **Bốn niệm xứ** cần phải tu tập.

TÂM PHIỀN TRƯỢC – *Tăng* IV, 230

1. - Này các Tỷ-kheo, có năm triền phược này. Thế nào là năm?

2. Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tâm không ly tham, không ly dục, không ly ái, không ly khao khát, không ly nhiệt tình, không ly ái nhiễm đối với **các dục**. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tâm không ly tham, không ly dục, không ly ái, không ly khao khát, không ly nhiệt tình, không ly ái nhiễm đối với các dục, tâm của vị ấy không hướng về nỗ lực, hăng hái, kiên trì và tinh tấn. Tâm của vị nào không hướng về... (như trên)... như vậy là tâm triền phược thứ nhất.

3. Này các Tỷ-kheo, lại nửa, Tỷ-kheo tâm không ly tham đối với **thân**... không ly tham đối với **sắc**... ăn quá sức bao tử có thể chịu nổi, hưởng thọ sung sướng về giường nằm, sung sướng về thụy miên... Này các

Tỷ-kheo, lại nữa, Tỷ-kheo sống đời sống Phạm hạnh với hy vọng mong được thành một loại chư Thiên, "Với giới này, với luật này, với khổ hạnh này, hay với Phạm hạnh này, ta sẽ trở thành loại chư Thiên này hay loại chư Thiên khác". Này các Tỷ-kheo, khi Tỷ-kheo sống đời sống Phạm hạnh với hy vọng được thành một loại chư Thiên, "Với giới này, với luật này, với khổ hạnh này hay với Phạm hạnh này, ta sẽ trở thành loại chư Thiên này hay loại chư Thiên khác", tâm vị này không hướng về nỗ lực, hăng hái, kiên trì và tinh tấn. Tâm vị nào... như vậy là tâm triền phược thứ năm.

4. Này các Tỷ-kheo, đây là năm tâm triền phược, muốn đoạn tận năm tâm triền phược này, **Bốn niệm xứ** này cần phải tu tập.

VIII. PHẨM CHÁNH CẦN

BỐN CHÁNH CẦN – *Tăng* IV, 232

(Giống như phẩm Bốn niệm xứ trước, chỉ khác ở đây Bốn chánh cần thế cho Bốn niệm xứ ở trên, và Bốn chánh cần được diễn tả như sau).

Thế nào là bốn?

- Ở đây, này các Tỷ-kheo, với mục đích khiến cho các ác, bất thiện pháp từ trước chưa sanh không cho sanh khởi, khởi lên ý muốn cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm.

Với mục đích khiến cho các ác, bất thiện pháp đã sanh ra được trừ diệt, khởi lên ý muốn cố gắng ... trì tâm.

Với mục đích khiến cho các thiện pháp từ trước chưa sanh nay cho sanh khởi, khởi lên ý muốn… trì tâm.

Với mục đích khiến cho các thiện pháp đã được sanh có thể duy trì, không có mù mờ, được tăng trưởng, được quảng đại, được tu tập, được viên mãn, khởi lên ý muốn cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm.

IX. PHẨM BỐN NHƯ Ý TÚC

BỐN NHƯ Ý TÚC – *Tăng* IV, 233

(Giống như phẩm Bốn niệm xứ trước, chỉ khác ở đây Bốn như ý túc thế cho Bốn niệm xứ ở trên. Và Bốn như ý túc được diễn tả như sau).

Thế nào là bốn?

- Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập như ý túc câu hữu với dục định tinh cần hành.... câu hữu với tinh tấn định tinh cần hành, tu tập như ý túc câu hữu với tâm định… với tư duy định tinh cần hành.

25 Thuốc trị nhiều bệnh - Kinh KHÔNG CÓ HẠN CHẾ 1 – Tăng III, 260

KHÔNG CÓ HẠN CHẾ 1 –*Tăng* III, 260

1. - Thấy được sáu lợi ích, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để vị Tỷ-kheo làm cho an trú **tưởng vô thường**, không có hạn chế trong tất cả hành.

2. Thế nào là sáu?

- Tất cả hành hiện ra với tôi, không có an trú.
- Ý của tôi không ưa thích tất cả thế giới.
- Ý của tôi sẽ xuất khỏi tất cả thế giới.
- Ý của tôi sẽ nghiêng về Niết-bàn.
- Các kiết sử của tôi đi đến đoạn diệt.
- Và tôi sẽ thành tựu tối thượng Sa-môn hạnh.

Thấy được sáu lợi ích, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để vị Tỷ-kheo làm cho an trú tưởng vô thường, không có hạn chế trong tất cả hành.

KHÔNG CÓ HẠN CHẾ 2 –*Tăng* III, 261

1. - Thấy được sáu lợi ích này, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để Tỷ-kheo làm cho an trú **tưởng khổ**, không có hạn chế trong tất cả hành.

2. . Thế nào là sáu?

- Trong tất cả hành, tưởng Niết-bàn sẽ được an trú trong tôi, ví như kẻ giết người đang đưa dao lên chém.
- Ý của tôi sẽ xuất khỏi tất cả thế giới.
- Tôi sẽ trở thành một người thấy được tịnh lạc trong Niết-bàn.
- Các tùy miên trong tôi sẽ được nhổ lên.
- Tôi sẽ là người đã làm các việc nên làm.
- Tôi sẽ với từ tâm hầu hạ bậc Đạo Sư.

Thấy được sáu lợi ích này, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để Tỷ-kheo làm cho an trú tưởng khổ không có hạn chế trong tất cả hành.

KHÔNG CÓ HẠN CHẾ 3 –*Tăng* III, 262

1. - Thấy được sáu lợi ích, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để Tỷ-kheo làm cho an trú **tưởng vô ngã** không có hạn chế trong tất cả hành.

2. Thế nào là sáu?

- Trong tất cả thế giới, tôi sẽ không dự phần vào trong ấy.
- Cái gì tạo ra cái "tôi" trong tôi sẽ được chận đứng.
- Cái gì tạo ra cái "của tôi" trong tôi sẽ được chận đứng.
- Tôi sẽ thành tựu trí.
- Không cùng chia sẻ với người khác.
- Nguyên nhân và các pháp do nhân sanh được tôi khéo thấy.

Thấy được sáu lợi ích này, này các Tỷ-kheo, thật là vừa đủ để Tỷ-kheo làm cho an trú tưởng vô ngã không có hạn chế trong tất cả hành.

HỮU –*Tăng* III, 262

❖ Này các Tỷ-kheo, có **ba hữu** này cần phải đoạn tận, cần phải được học tập trong **ba học pháp**.

Thế nào là ba hữu cần phải đoạn tận?

- *Dục hữu, sắc hữu, vô sắc hữu.* Ba hữu này cần phải đoạn tận.

Trong ba học pháp nào, cần phải học tập?

- *Tăng thượng **giới** học,*

- *Tăng thượng **định** học,*
- *Tăng thượng **tuệ** học.*

Trong ba học pháp này, cần phải học tập.

Này các Tỷ-kheo, khi nào Tỷ-kheo đã đoạn tận ba hữu này, đã học tập trong ba học pháp này, Tỷ-kheo ấy, này các Tỷ-kheo, được gọi là Tỷ-kheo đã chặt đứt khát ái, đã giải tỏa kiết sử do chơn chánh hiện quán kiêu mạn, đã đoạn tận khổ đau.

KHÁT ÁI –*Tăng* III, 263

❖ Này các Tỷ-kheo, **ba khát ái và ba mạn** này cần phải đoạn diệt.

- Thế nào là ba khát ái cần phải đoạn diệt? - *Dục ái, hữu ái, phi hữu ái.* Ba khát ái này cần phải đoạn diệt.
- Thế nào là ba mạn cần phải đoạn diệt? - *Mạn, tùy mạn, quá mạn.* Ba mạn này cần phải đoạn diệt.

Này các Tỷ-kheo, khi nào Tỷ-kheo đã được tận ba khát ái và ba mạn này, vị này, này các Tỷ-kheo, được gọi là Tỷ-kheo đã chặt đứt khát ái, đã giải tỏa kiết sử, do chơn chánh hiện quán mạn kiêu, đã đoạn tận khổ đau.

XI. PHẨM BA PHÁP

THAM –*Tăng* III, 264

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Tham, sân, si.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận tham, **bất tịnh** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận sân, **từ tâm** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận si, **trí tuệ** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

ÁC HÀNH –*Tăng* III, 265

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - *Thân ác hành, khẩu ác hành, ý ác hành.*

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

Để đoạn tận ba pháp này, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận thân ác hành, **thân thiện hành** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận khẩu ác hành, **khẩu thiện hành** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận ý ác hành, **ý thiện hành** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải được tu tập.

SUY TẦM –(TẦM) *Tăng* III, 265

1.- Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - *Dục tầm, sân tầm, hại tầm.*

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận dục tầm, **xuất ly tầm** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận sân tầm, **vô sân tầm** cần phải tu tập.

- Để đoạn tận hại tầm, **bất hại tầm** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

TƯỞNG –*Tăng* III, 266

... (Như kinh trên, chỉ có tưởng thế cho tầm).

GIỚI - *Tăng* III, 266

...(như kinh trên, chỉ có giới thế cho tầm).

THỎA MÃN –*Tăng* III, 266

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - *Thỏa mãn kiến, tùy ngã kiến, tà kiến*.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận thỏa mãn kiến, **tưởng vô thường** cần phải tu tập.

- Để đoạn tận tùy ngã kiến, **tưởng vô ngã** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận tà kiến, **chánh kiến** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

BẤT LẠC –*Tăng* III, 266

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - *Bất lạc, hại, phi pháp hành.*

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận bất lạc, **hỷ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận hại, **bất hại** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận phi pháp hành, **pháp hành** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

BIẾT ĐỦ –*Tăng* III, 267

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Không biết đủ, không tỉnh giác, có nhiều dục.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận không biết đủ, **biết đủ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận không tỉnh giác, **tỉnh giác** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận có nhiều dục, **ít dục** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

ÁC NGÔN –*Tăng* III, 268

1.- Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Ác ngôn, ác bằng hữu, tâm dao động.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, này các tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

3. Thế nào là ba?

- Để đoạn tận ác ngôn, **thiện ngôn** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận ác bằng hữu, **thiện bằng hữu** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận tâm dao động, **niệm hơi thở vào hơi thở ra** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp này cần phải tu tập.

TRẠO CỬ –*Tăng* III, 268

1. - Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này.

2. Thế nào là ba? - Trạo cử, không bảo vệ, phóng dật.

Này các Tỷ-kheo, có ba pháp này. Để đoạn tận ba pháp này, ba pháp cần phải tu tập.

3. . Thế nào là ba?

- Để đoạn tận trạo cử, **chỉ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận không bảo vệ, **bảo vệ** cần phải tu tập.
- Để đoạn tận phóng dật, **không phóng dật** cần phải tu tập.

Để đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, ba pháp cần phải tu tập.

26 ĐẠI Kinh GIÁO GIỚI LAHẦULA – 62 Trung II, 183

ĐẠI KINH GIÁO GIỚI LAHẦULA

(Maha Rahulovada suttam)

– Bài kinh số 62 – Trung II, 183

Như vầy tôi nghe.

Một thời, Thế Tôn ở Savatthi, Jetavana, tại tịnh xá Ànathapindika. Rồi Thế Tôn vào buổi sáng đắp y, cầm y bát, đi vào Savatthi để khất thực. Tôn giả Rahula vào buổi sáng cũng đắp y, cầm y bát, đi sau lưng Thế Tôn. Rồi Thế Tôn, sau khi đưa mắt ngó xung quanh, bảo Tôn giả Rahula:

– Này Rahula, bất cứ sắc pháp nào, quá khứ, vị lai, hiện tại, nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, **tất cả sắc pháp phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ**: Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta.

– Bạch Thế Tôn, có phải chỉ sắc mà thôi. Bạch Thiện Thệ, có phải chỉ sắc mà thôi?

– Cả sắc, này Rahula; cả thọ, này Rahula; cả tưởng, này Rahula, cả hành, này Rahula; và cả thức, này Rahula.

Rồi Tôn giả Rahula tự nghĩ: "Ai có thể hôm nay được Thế Tôn trực tiếp giảng dạy với bài giáo giới, còn có thể đi vào làng để khất thực? Rồi Tôn giả từ chỗ ấy đi trở lui về, ngồi xuống một gốc cây, kiết già, lưng thẳng, an trú niệm trước mặt. Tôn giả Sariputta thấy Tôn giả Rahula đang ngồi dưới một gốc cây, kiết-già, lưng thẳng, an trú niệm trước mặt. Sau khi thấy vậy, Ngài nói với Tôn giả Rahula:

– Này Rahula, hãy tu tập sự tu tập **nhập tức xuất tức niệm** (niệm hơi thở vô, hơi thở ra). Này Rahula, tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra, làm cho sung mãn, được quả lớn, được lợi ích lớn.

Rồi Tôn giả Rahula, vào buổi chiều, sau khi từ Thiền tịnh đứng dậy, đi đến chỗ Thế Tôn ở, sau khi đến, đảnh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Sau khi ngồi xuống một bên, Tôn giả Rahula bạch Thế Tôn:

➲ *Bạch Thế Tôn, niệm hơi thở vô hơi thở ra được tu tập như thế nào? Làm cho sung mãn, (pháp môn này) như thế nào là để được quả lớn, được lợi ích lớn?*

– Này Rahula, thế nào là địa giới? Có nội địa giới, có ngoại địa giới. Và này Rahula, thế nào là nội địa giới? Cái gì thuộc nội nhân, thuộc cá nhân, kiên cứng, thô phù, bị chấp thủ, như tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bao tử, phân và bất cứ vật gì khác, thuộc nội thân, thuộc cá nhân, kiên cứng, thô phù, bị chấp thủ; như vậy, này Rahula, được gọi là **nội địa giới**. Những gì thuộc nội địa giới và những gì thuộc ngoại địa giới đều thuộc về địa giới. **Địa giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau**: "Cái này không phải là của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự là ngã của ta". Sau khi như thật quán sát địa giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với địa giới, tâm từ bỏ địa giới.

Và này Rahula, thế nào là thủy giới? Có nội thủy giới, có ngoại thủy giới. Và này Rahula, thế nào là nội thủy giới? Cái gì thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc nước, thuộc chất lỏng, bị chấp thủ, như mật, đàm, niêm dịch, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mủ, nước ở khớp xương, nước tiểu, và bất cứ vật gì khác, thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc nước, thuộc chất lỏng, bị chấp thủ, như vậy, này Rahula, được gọi là **nội thủy giới**. Những gì thuộc nội thủy giới và những gì thuộc ngoại thủy

giới đều thuộc về thủy giới. Thủy giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát thủy giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với thủy giới, tâm từ bỏ thủy giới.

Và này Rahula, thế nào là hỏa giới? Có nội hỏa giới, có ngoại hỏa giới. Và này Rahula, thế nào là nội hỏa giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc về cá nhân, thuộc lửa, thuộc chất nóng, bị chấp thủ; như cái gì khiến cho hâm nóng, khiến cho hủy hoại, khiến cho thiêu cháy, cái gì khiến cho những vật được ăn, uống, nhai, nếm, có thể khéo tiêu hóa, hay tất cả những vật gì khác, thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc lửa, thuộc chất nóng, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là **nội hỏa giới**. Những gì thuộc nội hỏa giới, và những gì thuộc ngoại hỏa giới đều thuộc về hỏa giới. Hỏa giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát hỏa giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với hỏa giới, tâm từ bỏ hỏa giới.

Và này Rahula, thế nào là phong giới? Có nội phong giới, có ngoại phong giới. Và này Rahula, thế

nào là nội phong giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị chấp thủ, như gió thổi lên, gió thổi xuống, gió trong ruột, gió trong bụng dưới, gió thổi ngang các đốt, các khớp, hơi thở vô, hơi thở ra, và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là **nội phong giới**. Những gì thuộc nội phong giới và những gì thuộc ngoại phong giới đều thuộc về phong giới. Phong giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta". Sau khi như thật quán sát phong giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với phong giới, tâm từ bỏ phong giới.

Và này Rahula, thế nào là hư không giới? Có nội hư không giới, có ngoại hư không giới. Và này Rahula, thế nào là nội hư không giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc cá nhân, thuộc hư không, thuộc hư không tánh, bị chấp thủ, như lỗ tai, lỗ mũi, cửa miệng, do cái gì người ta nuốt, những gì được nhai, được uống, được ăn và được nếm, và tại chỗ mà những gì được nhai, được uống, được ăn và được uống được giữ lại, và ngang qua chỗ mà những gì được nhai, được uống, được ăn và được tống xuất xuống phần dưới để ra ngoài, và bất cứ vật gì khác

thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc hư không, thuộc hư không tánh, bị chấp thủ; này Rahula, như vậy được gọi là **nội hư không giới**. Những gì thuộc nội hư không giới và những gì thuộc ngoại hư không giới đều thuộc về hư không giới. Hư không giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: "Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta," Sau khi như thật quán sát hư không giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với hư không giới, tâm từ bỏ hư không giới.

Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập như đất**. Này Rahula, **do tu tập sự tu tập như đất, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại**. Này Rahula, ví như trên đất người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ không tịnh, quăng phân uế, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mủ và quăng máu; **tuy vậy đất không lo âu, không dao động, hay không nhàm chán**. Cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập như đất. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như đất, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập như nước**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như nước, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm

giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như trong nước người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ không tịnh, rửa sạch phân uế, rửa sạch nước tiểu,, rửa sạch nước miếng, rửa sạch mủ, rửa sạch máu; tuy vậy nước không lo âu, không dao động, không nhàm chán. Cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tụ tập như nước... (như trên)... không có tồn tại.

Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập như lửa**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như lửa, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như lửa đốt các đồ tịnh, đốt các đồ không tịnh, đốt phân uế, đốt nước tiểu, đốt nước miếng, đốt mủ, đốt máu; tuy vậy lửa không lo âu, không dao động, không nhàm chán. Cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như lửa... (như trên)... không có tồn tại.

Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập như gió**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như gió, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này Rahula, ví như gió thổi các đồ tịnh, thổi các đồ không tịnh, thổi phân uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mủ, thổi máu, tuy vậy gió không lo âu, không dao động, không nhàm chán. Cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như gió... (như trên).... không có tồn tại.

Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập như hư không**. Này Rahula, **do tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.** Này Rahula, ví như hư không không bị trú tại một chỗ nào. Cũng vậy, này Rahula, hãy tu tập sự tu tập như hư không. Này Rahula, do tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại.

– Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về lòng từ**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về lòng từ, cái gì thuộc sân tâm sẽ được trừ diệt .

– Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về lòng bi**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về lòng bi, cái gì thuộc hại tâm sẽ được trừ diệt.

– Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về hỷ**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về hỷ, cái gì thuộc bất lạc sẽ được trừ diệt.

– Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về xả**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về xả, cái gì thuộc hận tâm sẽ được trừ diệt.

– Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về bất tịnh**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về bất tịnh, cái gì thuộc tham ái được trừ diệt.

- Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về vô thường**. Này Rahula, do tu tập sự tu tập về vô thường, cái gì thuộc ngã mạn được trừ diệt.
- Này Rahula, **hãy tu tập sự tu tập về niệm hơi thở vô hơi thở ra**. Này Rahula, do tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra, làm cho sung mãn, nên được quả lớn, được lợi ích lớn.

❖ ***Và này Rahula, thế nào là tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra, làm cho sung mãn nên được quả lớn, được lợi ích lớn?***

Ở đây, này Rahula, vị Tỷ-kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kiết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt.

- Tỉnh giác, vị ấy thở vô; tỉnh giác, vị ấy thở ra.

1. Hay **thở vô dài**, vị ấy biết: "Tôi thở vô dài"; hay thở ra dài, vị ấy biết "Tôi thở ra dài";
2. Hay **thở vô ngắn**, vị ấy biết: "Tôi thở vô ngắn"; hay thở ra ngắn, vị ấy biết: "Tôi thở ra ngắn".
3. "**Cảm giác toàn thân**, tôi sẽ thở vô," vị ấy tập. "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
4. "**An tịnh thân hành**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

5. "**Cảm giác hỷ thọ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
6. "**Cảm giác lạc thọ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
7. "**Cảm giác tâm hành** (Cittasankhara), tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
8. "**An tịnh tâm hành**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
9. "**Cảm giác về tâm**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác về tâm, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
10. "**Với tâm hân hoan**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở ra, vị ấy tập.
11. "**Với tâm định tĩnh**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thở ra, vị ấy tập.
12. "**Với tâm giải thoát**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
13. "**Quán vô thường**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán vô thường, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
14. "**Quán ly tham**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán ly tham, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.
15. "**Quán đoạn diệt**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập

16. "**Quán từ bỏ**, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

Tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra như vậy, này Rahula, làm cho sung mãn như vậy, có quả lớn, có lợi ích lớn.

Này Rahula, tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra như vậy, làm cho sung mãn như vậy, **thời khi những hơi thở vô, hơi thở ra tối hậu chấm dứt, chứng được giác tri, không phải không được giác tri.**

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Tôn giả Rahula hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.